

མེད་ཀྱིས་རྟོག་ཅིང་། མེད་ཀྱིས་ལྷན་བཞུགས་པ་

༡༡།དབྱེ་མའི་ལྷོ་མིག་ཅེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ།།



ཡོན་ཏན་ལྷོ་མིག་ཅེས་བྱ་བ་ལྷོ་མིག་ཅེས་བྱ་བ་

དེབ་ཨང་།

SJRB-0127

མེར་བྱས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་སློབ་རྩལ་འཕུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

མེར་བྱས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།

༢༠༡༥ ཟླ་ ༥ པར་ཚུམ་རྒྱིག་བྱས།

༢༠༢༠ ཟླ་ ༧ པར་བསྐྱར་རྒྱིག་བྱས།

ར་ཆོའི་བྲ་ཆེགས་ཀྱི་ཁ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ར་ཆོའི་ཡིག་སྐྱམ།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

གསལ་བཤད།

ཧ་གོང་ས་ཧཱ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་ཚུལ་དང་བཀའ་ཁྲིད་སོགས་ཀྱི་ཕྱག་དེབ་ཁག་རང་རིགས་སློབ་ཆེ་ཀྱན་གྱིས་བྱན་མོང་དུ་མོངས་སློང་བྱ་བ་ཆེད་རྒྱབ་ལ་བརྩམས་བསྐྱར་དང་དེབ་གཞུགས་གསར་བསྐྱེགས་བྱས་པ་མ་གཏོགས་མ་ཕྱི་རང་སོར་བཞག་ཡོད་ལ། ལུ་སྤྱི་བ་པ་སོགས་ཕྱག་དེབ་ནང་དུ་གསལ་བ་ལྟར་རོ།

དཀར་ཆག

༩༩ །དབུ་མའི་ལྷ་མིག་ཅས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།	༩
བར་བྱང་སྒྲིན་ཆོག་.....	༩༠

༢༡། །དབྱ་མའི་རྒྱུ་མིག་ཅེས་བྱ་བ་བརྒྱགས་སོ།

ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ།

དམིགས་མེད་སྤྱགས་རྗེས་འཁོ་ཀྱན་སྐྱོང་།

མཁུན་དང་འཕྲིན་ལས་དཔལ་མངའ་ཡང་།

མིང་དང་སྒོ་ཡིས་བཏགས་ཅམ་གྱིས།

སྤྱ་འབྲེ་རྒྱལ་ལ་གྱས་བཏུད་ནས།

དེ་ཡི་ལེགས་གསུང་བཏུད་ཅིའི་བཅུད།

སྟོང་དང་ཉེན་འབྱུང་ཟུང་འཇུག་ཚུལ།

སྒོ་གསར་སྒོ་ཕྱོས་རྒྱས་བྱེད་བྱ།

མདོར་བསྡུས་ཆོག་གིས་འདིར་བཤད་བྱ།

རང་རེ་ནམས་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་ལ། དེ་གཉིས་སྤྱུ་བ་
པ་དང་སེལ་བ་ཡང་། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོད་པར་རག་ལས་ཤིང་། ལུང་ངག་
གི་སྒྲོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་སེམས་ལ་རག་ལས་པས་སེམས་ལ་བཟོ་བཅོས་བྱེད་དགོས།
སེམས་ལ་བཟོ་བཅོས་བྱེད་ལུགས་ཀྱང་། སེམས་ལོར་འབྱུང་ཅན་མི་སྤྱེ་བ་དང་།
བཟང་པོའི་རིགས་སྤྱེད་ཅིང་འཕེལ་བར་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན།

འདིར་སེམས་བཟང་ངན་བཅི་ས་ནི། སེམས་གང་སྤྱེས་ན། ཐོག་མར་རང་
ཉིད་མི་བདེ་བར་གྱུར་ཏེ་དེ་ཅི་སེམས་བག་སེབས་པོར་ཡོད་པ་སྒོ་བྱར་དུ་ཆབ་ཚུབ་

བཅ། གློང་གློང་པོར་གྱུར་བ་དང་། དེས་རྒྱུན་དབུགས་འཁོར་པ་ཡོང་བ་དང་། ཉན་གྱི་
རྒྱུན་བྱེད་པ་སོགས་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལས་རིམ་གྱིས་ལུས་ངག་གི་ངན་སྦྱོང་ཐོན་ཏེ་
དངོས་ཤུགས་བརྒྱད་གསུམ་ནས་གཞན་ལ་འདྲ་བའི་བཟོད་མ་བདེ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་
མཐའ་དག་སེམས་ངན་པ་དང་། དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་རང་ངམ་གཞན་ལ་འབྲལ་ཤུགས་སུ་
བདེ་ཞིང་ཞི་བའི་འབྲས་བུ་སྟེར་བར་བྱེད་པའི་རིགས་རྣམས་སེམས་བཟང་པོར་
འཛོག་པ་ཡིན།

རྟོག་འཁྲལ་ཅན་གྱི་སེམས་མི་སྟེ་བར་བྱེད་པ་ཡང་ཁྲུང་ཙ་བཤག་བཅོས་
དང་། རིམ་བུ་ཅི་རིགས་ཟ་བ། ཡང་གཉིད་གྱིས་བཞེ་བ་ལྟ་བུའི་བྲན་པ་མི་གསལ་བ་
བཟོ་བ། ཡང་གཉིད་མཐུག་པོ་ཁྲུག་པ་ལྟ་བུའི་བྲན་མེད་བཟོས་པའི་ཐབས་རྣམས་
གྱིས་འབྲལ་སེལ་མན་པ་རེ་བྱུང་ཡོང་སྲིད་པ་ཅོམ་ལས། ཤུགས་ནས་མན་ལས་
གཞོད་ཆེའི་རིགས་མང།

དེས་ན། བཟང་པོར་བཅོས་ཚུལ་གློང་ན་པའི་རིགས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་
བསམ་པའི་སློན་སློང་དེའི་ངོ་བོ་སྤྱོད་བས་ངོ་འཕྲད་པ་བྱས། དེ་ནས་སློབ་ཐང་པོའི་
རིགས་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་དེའི་དགོ་མཆན་དང་། རྒྱབ་རྟེན་ཆད་མ་ཡོད་ཚུལ་རྣམས་
ཡང་ཡང་བསམ་པས་གོམས་སུ་བཅུག་ན་འདྲིས་པའི་སྟོབས་དང་། རྒྱབ་རྟེན་ཡོད་པ་
དང་། སེམས་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་བཅས་གྱིས་སློབ་ཐང་པོའི་རིགས་མཐུ་
ཇེ་ཆེར་སོང་བ་ན། སློ་སྟོན་ཅན་མཐུ་ཇེ་ཆུང་དུ་འགྲོ་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས། ཉམས་
ཞིག་སེམས་ལ་བཟང་པོའི་གདེང་རྟགས་ཐོན་པ་ཡོང་།

དེ་འདྲའི་སེམས་བཅོས་ཐབས་འཇམ་གླིང་འདིའི་སྟོན་ཆེན་དུ་མས་གནས་

དུས་སོ་སོ་དང་། གདུལ་བྱ་སོ་སོའི་སྒོ་དང་འཆ་མས་པའི་ཐབས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་
བསྟན་ཅིང་། དེ་དག་གི་ནང་ཆོན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་དུ་སེམས་འདུལ་
བའི་ཐབས་ཚུལ་དུ་མ་བསྟན་ཡོད་པ་ལས། འདིར་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བའི་སྐོར་ཅུང་ཟད་
བརྗོད་ན།

ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་དང་། ཐེག་ཆེན་ལའང་མདོ་
སྤྲུལ་གཉིས་བཅས་དེ་ཐམས་ཅད་ནས་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བ་བསྟན་ལ། ཕྱི་ནང་གི་
ཁྱད་པར་སྟོད་པས་འབྲེད་ཆེ་སྤྲུལ་འགོ་ཡོད་མེད་དང་། ལྟ་བས་འབྲེད་ཆེ་ལྟ་བ་
བཀར་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཁས་ལེན་མི་ལེན་གྱིས་འབྲེད་པ་ཡིན་ཅིང་། ཕྱག་
རྒྱ་བཞི་ནི། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ལ། ཐག་བཅས་ཐམས་ཅད་སྤྲུལ་བསྐལ་
ལ། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་ལ། ལྷ་རྒྱལ་ལས་འདས་པ་ཞི་ལ། ཞེས་
གསུངས་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པ་ནི་ནང་པ་ཆོང་མས་བཞེད་པ་
ཡིན།

བདག་མེད་པའི་དོན་ལ་བྱེ་མདོ་རྣམ་རིག་དབུ་མའི་བྱུང་མཐའ་བཞི་སྤྱི་བྱུང་
ཏུ་འདོད་པའི་གང་ཐག་རང་རྒྱ་བྱུང་པའི་རྣམས་སུ་མེད་པའི་གང་ཐག་གི་བདག་མེད་
དང་། སེམས་ཅམ་པས་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྟོང་གི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་དང་། དབུ་
མ་པས་བདེན་བྱུང་གིས་སྟོང་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བཞེད་དེ། བྱུང་མཐའ་གོང་
འོག་གི་ལྟ་བའི་གོ་དོན་ལ་སྤྲ་རགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཆེ་ཞིང་། འོག་མ་འོག་མའི་འདོད་
ཚུལ་ལ་གོ་བ་ཆགས་ན། གོང་མ་གོང་མའི་ལྟ་བ་གཉིང་ཕྱིན་པར་ངེས་པའི་ཐབས་སུ་
འགོ་བས་པན་ཐོགས་ཆེ། འདིར་དབུ་མའི་ལུགས་དང་། དེར་ཡང་ཐལ་རང་གཉིས་སུ་

དབུ་པའི་ཐལ་འགྲུར་པའི་ལུགས་བཞིན་བརྗོད་རྒྱ་ཡིན།

འོན་གྱུ་མཐའི་ཁྱད་པར་འདི་རྣམས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་
ཡིན་ནམ། ཡིན་ན་མདོ་སྡེ་གང་དང་གང་ལ་བརྟེན། གྲུབ་མཐའི་མཆོག་དཔན་དང་།
ཟབ་ཁྱད་ཀྱང་ལུང་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ཡིན་ནམ་ཟེར་ན། གྲུབ་མཐའ་བཞིའི་ལྟ་བུའི་
ཁྱད་པར་རྣམས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཉིད་ཀྱིས་གདུལ་བྱ་སྒྲོ་རབ་འབྲིང་མཐའ་མ་ལ་
སྟོས་པའི་དགོས་དབང་གིས་གསུངས་པ་ཡིན་ལ་བདག་མེད་པར་བསྟན་ན་ཆད་ལྟར་
འགྲོ་དོགས་ཡོད་པའམ། དད་ལོག་འགྲོ་ཉིན་ཡོད་པའི་གདུལ་བྱའི་ཆེད་མདོ་འགའ་
ཞིག་ཏུ་བདག་ཡོད་པའང་གསུངས་ཡོད། ཡང་ཡོད་མེད་ཀྱི་ལན་མཛད་ན་རྟག་ཆད་
གང་རུང་དུ་འགྲོ་བར་དོགས་པའི་གདུལ་བྱའི་ཆེད་དུ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་མ་
གསུངས་པར་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་བ་བཅུ་བཞི་ལྟ་བུ་ཡིན།
བདག་མེད་ཚུལ་ལའང་འདིར་རོབ་ཅམ་བཤད་པ་ལྟར་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་གསུངས་
པ་ཡིན།

མདོ་སྡེ་གང་ལ་བརྟེན་ན། གྲེ་མདོའི་གྲུབ་མཐའ་བདེན་བཞིའི་མདོ་སོགས་
འཁོར་ལོ་དང་པོའི་མདོ་ལ་གཙོ་བོར་བརྟེན་ཅིང་། རྣམ་རིག་པའི་གྲུབ་མཐའ་ནི་མདོ་
སྡེ་དགོངས་པ་ངས་འགྲུལ་སོགས་འཁོར་ལོ་མཐའ་མའི་མདོ་ལ་གཙོ་བོར་བརྟེན་ལ།
དབུ་མའི་གྲུབ་མཐའ་ནི་ཤེར་བྱིན་སྟོང་ལྷག་བརྒྱ་པ་སོགས་འཁོར་ལོ་བར་པའི་མདོ་
ལ་གཙོ་བོར་བརྟེན་པ་ཡིན། འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གསུམ་ནི་ཡུལ་དུས་བརྗོད་བྱ་གདུལ་
བྱའི་དབང་གིས་འཛོག་ཚུལ་ཡོད།

གྲུབ་མཐའ་མི་མཐུན་པའི་ལྟ་བ་མཆོག་དཔན་ནམ། ཟབ་ཁྱད་ཀྱི་ཁྱད་པར་

ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲེད་དགོས་ན། མདོ་སྡེ་སོ་སོ་ནས་རང་རང་གི་བསྟན་བྱའི་
ལུགས་དེ་མཆོག་ཏུ་གསུངས་པས་ལུང་གང་བདེན་པར་འཛིན་པ་ན། དེ་དང་མི་
མཐུན་པའི་ལུང་གཅིག་ཤོས་དེ་རི་ལྟར་བྱེད། གཅིག་བདེན་ལ་གཅིག་ཤོས་མི་
བདེན་པའི་ཚུལ་དེའང་ལུང་འབའ་ཞིག་གིས་སྒྲིབ་དགོས་ན་ཐུག་མེད་ཏུ་འགྱུར།
དེས་ན་ལྟ་བུའི་མཆོག་དམན་འབྲེད་པ་རིགས་གཉིས་ལ་བརྟེན་དགོས། དེའི་ཕྱིར་
ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་ལས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལ་བྱང་ངེས་འབྲེད་དགོས་པར་གསུངས།
འདི་ལ་དགོངས་ནས་མདོ་ལས།

དགེ་སློང་དག་གམ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །

བསྐྱེད་བཅད་བཟུང་བའི་གསེར་བཞིན་དུ། །

ལེགས་པར་བརྟག་ལ་ང་ཡི་བཀའ། །

སྒྲུང་བར་བྱ་ཡི་གྲུས་ཕྱིར་མིན། །

ཞེས་གསུངས། དེའི་དགོངས་དོན་བྱམས་པས་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ཏུ་ལེགས་པར་
བཀའ་ཉེ་རྟོན་བཞི་གསུངས། དེ་ཡང་སྟོན་པ་པོ་གང་ལ་མི་རྟོན་པར་དེས་བསྟན་པའི་
གྲུབ་མཐའ་འཇུག་ཆོས་ལ་རྟོན་པ་དང་། དེ་ཡང་ཆོག་སྟན་འཇེབས་སོགས་ཙམ་ལ་མི་
རྟོན་པར་དོན་ལ་རྟོན་པ་དང་། དོན་ལའང་དགོངས་གཞི་དགོས་པ་དངོས་ལ་གཞི་ད་
བྱེད་གསུམ་གྱི་སྟོན་པ་དང་། སྒྲ་རི་བཞིན་པ་ཡིན་ཡང་དོན་དེ་ཙམ་གནས་ལུགས་
མཐར་ཐུག་མིན་པས་ད་དུང་དགོངས་པ་གཞན་ཏུ་བྱངས་དགོས་པའི་བྱང་དོན་ལ་མི་
རྟོན་པར་དགོངས་པ་གཞན་ཏུ་བྱངས་མི་དགོས་པའི་ངེས་དོན་ལ་རྟོན་པ་དང་། དེས་
དོན་དེ་ཡང་གཉིས་སྟངས་དང་བཅས་པའི་རྣམ་ཤེས་ལ་མི་རྟོན་པར་རྣམ་པར་མི་རྟོན་

པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་རྟོན་དགོས་པ་ཡིན་ཅིང།

ཟབ་མོ་ལ་དམིགས་པའི་མི་རྟོག་པའི་སེམས་དེ་ཡང་ཟབ་མོ་ལ་དམིགས་
པའི་རྟོག་པ་ཆད་མ་གོམས་ཏེ་བསྐྱོམ་བྱའི་དོན་ལ་གསལ་སྤང་ཐོན་པ་ན་མི་རྟོག་ཡེ་
ཤེས་སུ་འགྱུར། དེ་འདྲའི་རྟོག་པ་དེ་གསར་དུ་སྦྱེ་བ་ཡང་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ལ་
བརྟེན་དགོས་པས་མཐར་གཏུགས་ན་རིགས་པ་ཉིད་ལ་ཐུག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ཀྱང་
མཐར་རང་གཞན་གྱི་སྤོང་བ་ཆད་མ་འདི་ལ་གཏུགས་དགོས་པས་རིགས་པ་རྣམས་
མཐར་གཏུགས་ན་མངོན་སུ་ཉིད་ལ་ཐུག་པ་ཡིན་པ་ནི་རིགས་པའི་དབང་ཐུག་
སྤྱོད་ཀྱི་སྤང་པོ་དང། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་སེམས་བཟང་དུ་གཏོང་བར། ཆད་མ་དང། ལྷ་བའི་རྣམ་གཞག་རྟོགས་
པའི་སྒོ་བྲོས་ཀྱིས་ཅི་བྱེད། ཆོས་པ་ལ་བཙུན་པ་དང་བཟང་པོ་དགོས། མཁས་པ་ལ་
སྒོ་བྲོས་དགོས་ཟེར་ན།

སེམས་བཟང་དུ་གཏོང་བར་རིམ་པ་མང་པོ་ཡོད་དེ། འགའ་ཞིག་རྒྱ་མཚན་
ལ་དབྱད་མི་དགོས་པར་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་ཅུ་ཅེ་ཅིག་ཏུ་སྒྲོམ་པ་ལྷ་སུ་ཡོད་མོད།
དེ་ཅུ་ཀྱིས་རྒྱས་པ་ཆེར་མི་ཐོན་ལ། ལྷག་བར་སེམས་བཟང་པོ་མཐའ་མེད་དུ་འགོ་
བ་ལ་ནི། བསྐྱོམ་བྱའི་དོན་ལ་སྒོ་བོམས་འདྲིས་གཅིག་ཤུས་མི་ཆོག་པར་དོན་དེ་རྒྱ་
མཚན་དང་ལྷན་པ་ཞིག་དང། དེ་ཡང་སྤྱིར་དོན་དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པས་མི་ཆོག་
གི། སྒོམ་པ་པོ་རང་གིས་ཤེས་ཤིང་ངས་པ་རྟེན་པ་ཞིག་དགོས། དེའི་སྤྱིར་ཆོས་པ་
རབ་ལ་སྒོ་བྲོས་མེད་ཀ་མེད་ཡིན།

དེ་ལྟ་ན་ཡང་མཁས་བཙུན་གཉིས་ལས་གང་རུང་ཞིག་འདེམས་ཀ་མི་བྱེད་

མཐུ་མེད་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་བཅུན་པ་ལ་ཆེ་སྟེ་དེའི་ཆོད་ཀྱི་པན་ཐོགས་ཤིག་ཡོང་།
སེམས་མ་དུལ་བའི་མཁས་པ་ཅམ་གྱིས་སེམས་ལ་ཞི་བདེ་ཡོང་རྒྱའི་ཆབ་ཏུ་རང་
ལས་མཐོ་བར་ཐོག་དོག་མཉམ་པ་ལ་འགྲན་སེམས། དམན་པ་ལ་ང་རྒྱལ་དང་བརྟམ་
དམོད་སོགས་རང་གཞན་མི་བདེ་བར་བྱེད་པའི་སྒོ་རན་རྒྱས་བྱེད་དུ་འགྱུར་མིད་
པས་སྒྲན་དུག་ཏུ་སོང་བ་ལྟ་བུ་འབྱུང་ཉེན་ཆེ་བས་མཁས་པས་བཅུན་པ་མ་བཅོམ།
བཅུན་པས་མཁས་པ་མ་བཅོམ་པའི་མཁས་བཅུན་བཟང་གསུམ་འདྲོམས་པ་ཤིན་ཏུ་
གལ་ཆེདོ།

དེ་ལ། བདག་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ངེས་པ་ཞེས་པའི་སྟོང་རྒྱ་དེའི་གོ་
དོན་ངེས་དགོས་ཏེ། རྒྱས་སྤྲས་ཞི་བ་ལྟས། བརྟགས་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་བར། །དེ་
ཡི་དངོས་མེད་འདྲིན་མ་ཡིན། །གསུངས་པ་ལྟར། གང་གིས་སྟོང་རྒྱའི་དགག་བྱ་དེ་
མ་ངེས་པར་དེས་སྟོང་པའི་གོ་དོན་མི་ཆགས། གང་གིས་སྟོང་ན།

དགག་བྱ་ཐོགས་རེག་ལྟ་བུ་བཞག་ནས་དེས་སྟོང་པའི་འཇའ་ཆོན་སྟོང་པ་
ཟེར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་དགག་བྱ་གཟུགས་ཅན་གྱིས་སྟོང་པའི་ནམ་མཁའ་སྟོང་པ་
ཟེར་བ་ལྟ་བུ་མིན་པར། དགག་བྱ་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་པ་བཞག་ནས་དེས་སྟོང་པ་
དང་། དེ་ཡང་དགག་བྱ་སྤར་ཡོད་ཕྱིས་བསལ་དཔེར་ན། ཁ་སའི་དུས་སུ་ནགས་
ཆལ་མེས་བཅོམ་སྟེ་ས་གཞི་ནགས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་
ཡོད་མ་སྟོང་བའི་དགག་བྱས་སྟོང་པ་དང་། དགག་བྱས་སྟོང་ལུགས་ཀྱང་སྟོག་ཅེའི་
སྟོང་མེ་ཏོག་གིས་སྟོང་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར་དགག་གཞི་དེ་ཉིད་དགག་བྱའི་དོ་བོར་མེད་
པའི་དོན་དང་། དེའི་གནད་ཀྱིས་གང་གིས་སྟོང་རྒྱའི་དགག་བྱའམ། བདག་གི་བྱུབ་

ཚད་མ་ངེས་པར་འདི་མིན་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྟོང་ཆམ་མེ་བའི་སྟོང་སངས་ཀྱང་སྟོང་
བའི་དོན་གཏན་ནས་མིན། འོ་ན་མེད་ངེས་ཤིག་གི་སྒྲུབ་ཚད་དམ་གོ་དོན་ཤེས་པར་
བྱས་ནས་དེ་མེད་ངེས་སུ་ལྟ་དགོས་པའི་ལས་རྩོག་འདི་འབྲ་དགོས་པ་གང་ཡིན་ཟེར་
ན།

འཇིག་རྟེན་ཡོངས་གྲགས་ལ་འང་གནས་ཚུལ་མི་བདེན་པ་ཞིག་བདེན་པར་
བརྒྱང་ནས་མགོ་འཁོར་ཐེབས་ཏེ་ཕུང་ཡོང་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་ཆོས་རྣམས་
རང་བཞིན་མེད་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་བརྒྱང་བས་དེའི་དབང་གིས་
ཕུང་གི་ཡོད་པ་དཔེར་ན། རང་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་ལ་རང་ལ་དམིགས་པའི་ཆགས་
སྣང་དང་། ང་རྒྱལ་སོགས་སྐྱེ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ངའི་འཇིན་ཚུལ་དང་། དེ་དག་
མངོན་སྲུང་དུ་མེད་པར་བག་ཐེབས་ཏེ་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ངའི་འཇིན་ཚུལ་
ལ་བྱད་པར་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་ཁྱིམ་དུ་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་རང་གིས་མ་ཉོས་
གོང་གི་དེ་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་ཙམ་དང་། ཉོས་ནས་བདག་གིར་ཞེན་ཅིང་ཆགས་
ནས་བརྒྱང་བའི་ནས་སྐབས་གཉིས་སུ་དངོས་པོ་དེ་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་གཉིས་ཀ་
དམིགས་པ་གཅིག་ཅིང་། དངོས་པོ་དེའི་སྣང་ཚུལ་བདེན་སྒྲུབ་ཏུ་སྣང་བ་མཚུངས་
ཀྱང་། བདེན་པ་འཕམ་ཚུགས་སྒྲུབ་པའི་ཞེན་ཚུལ་མེད་པ་དང་ཡོད་པའི་བྱད་པར་ཡོད།

ཡང་མི་བརྟུ་གངས་ཤིག་མཐོང་བ་ན་མཐོང་ཙམ་ཉིད་ནས་མི་བརྟུ་ཡུལ་སྟོང་
ནས་ཡོད་པར་སྣང་ཡང་། དེ་ལྟར་བདེན་ཤིག་བྱེད་པའི་ཞེན་ཚུལ་ལྟར་ཡོད་པའི་ངེས་
པ་མེད་ཅིང་དེ་ནས་མི་བརྟུའི་ནང་ནས་རྒྱ་མཚན་ལྟར་སྣང་ངམ། ཡང་དག་པ་གང་
ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་མི་གཅིག་ལ་བཟང་ངན་དུ་རྟོག་པའི་ཚུལ་མིན་ཡིད་

བྱེད་ཀྱི་ནམ་ཉིག་རྒྱ་བསྐྱེད་སྐབས་དངོས་ཡོད་ལས་བཞུལ་བའི་བཟང་ངན་དུ་སྒྲོས་
སྒྲོ་བདག་ས་ནས་ཆགས་སྤང་སྒྱེ་ཡོང་བས་དེའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡུལ་དེ་བདེན་
བདེན་དུ་སྒྲོ་ཕྱགས་ནས་དམ་པོར་ཞེན་བ་ཞིག་ཡོད།

དེས་ན་སྒྲོ་ངན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེའི་སྡོན་འགྲོ་སྒྲ་འཕེན་དང་། སྒྲོ་ངན་
མང་པོ་ཞིག་དང་མཚུངས་ལྡན་ནམ་རྟོགས་སུ་བདེན་འཛིན་དེ་ཡོང་བ་ཡིན་པས་
བདེན་འཛིན་གྱི་མ་རིག་བ་དེ་མེད་ན་ཆགས་སྤང་སོགས་སྒྱེ་ས་མེད་བ་དེ་ལྟར་ཡིན་
པས། དགག་བྱས་ཐོག་མ་མེད་བ་ལ་མེད་པར་ངོ་འཕྲོད་དེ་དེས་ཤེས་སྒྱེ་དགོས་བ་ནི་
མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་བ་ལྟར་མངོན་ཞིང་ཞེན་པས་དེའི་དབང་གིས་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་
ཀྱི་ནམ་ཉིག་རྒྱ་མཆོད་གཉེར་མ་ལྟར་ཟད་བ་མེད་པར་འབྱུང་བ་དེ་འགོག་པའི་ཆེད་
དུ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཡང་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཅ་ཤེའི་རབ་བྱེད་བཅོ་བརྒྱད་པ་ལས།

ནང་དང་ཕྱི་རོལ་ཉིད་དག་ལས། །

བདག་དང་བདག་གི་སྣམ་ཟད་ན། །

ཉི་བར་ལེན་བ་འགག་འགྱུར་ཞིང་། །

དེ་ཟད་པས་ན་སྒྱེ་བ་ཟད། །

ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཟད་པས་ཟད། །

ལས་དང་ཉོན་མོངས་ནམ་ཉིག་ལས། །

དེ་དག་སྒྲོས་ལས་སྒྲོས་བ་ནི། །

སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །ངོ་མོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་བ་ཐོག་མ་ནས་ཡོད་མ་སྒྲིང་

བས་རང་དབང་བ་གཏན་ནས་མེད་པ་དང་། དེས་སྒྲོང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཙམ་དེས་པན་གཞོད་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་སྒྲོང་བས་འབྲུབ་པས་རྟེན་འབྲེལ་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སྒྲང་ཞིང་སྲིད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོ་བོས་བྱུབ་པ་གཏན་ནས་མེད་པའི་རང་བཞིན་དེ་གའི་དབྱིངས་ལས་སམ། རང་བཞིན་དེ་ཀ་ལས་མ་འདས་པའི་རང་ནས་སྒྲང་བ་བཞིན་འབྲུང་སྒྲ་ཆོག་གས་སྤྱུ་འཆར་བའི་རང་ཚུལ་དུ་ཡོད་པས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་དོ་བོ་གཉིས་རེ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་འབྲེལ་གྱིས་སྒྲང་ཚུལ་གྱི་དོ་བོ་གཅིག་དང་། ལུགས་ཀྱི་སྒོད་ལུགས་ཀྱི་དོ་བོ་གཅིག་སྟེ་གཉིས་པོ་དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་བདེན་པ་ཟེར།

འཕགས་པ་ལྷ་སྤྱུབ་ཀྱི་ཙེ་ཤེ་ལས། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ། །བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་བཞེན། །འཛིག་རྟེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། །དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པ་ལོ། །ཞེས་དང་། དཔལ་ལྷན་ཆེ་བ་གྲགས་པའི་འཇུག་པ་ལས། དངོས་ཀུན་ཡང་དག་རྩལ་བ་མཐོང་བ་ཡིས། །དངོས་རྟེན་དོ་བོ་གཉིས་ནི་འཛིན་པར་འབྱུང་། །ཡང་དག་མཐོང་ཡུལ་གང་དེ་དེ་ཉིད་དེ། །མཐོང་བ་རྩལ་བ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་གསུངས། །ཞེས་གསུངས།

དོན་དམ་བདེན་པའི་དབྱེ་བ་རོབ་ཙམ་ལོག་ཏུ་འཆད་ཅིང་། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་ལ་འཛིག་རྟེན་ཤེས་དོ་ཉིད་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཡང་ལོག་གཉིས་འབྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཆེ་བས། མཐོང་བ་རྩལ་བ་འང་རྣམ་པ་གཉིས་འདོད་དོ། །དབང་སོ་གསལ་དང་དབང་སོ་སྟོན་ལྡན་ནོ། །སྟོན་ལྡན་དབང་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི། །དབང་སོ་ལེགས་གྲུར་ཤེས་ལྟོས་ལོག་པར་འདོད། །གཞོད་པ་མེད་པའི་དབང་སོ་བྱུག་རྣམས་ཀྱི། །གཟུང་བ་

གང་ཞིག་འཛིག་ཉེན་གྱིས་རྟོགས་དེ། །འཛིག་ཉེན་ཉིད་ལས་བདེན་ཡིན་ལྷག་མ་ནི།
།འཛིག་ཉེན་ཉིད་ལས་ཐོག་པ་རྣམ་པར་བཞག་། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟར་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཤེས་དགོས་པ་ནི། བཟང་ངན་སྣ་
ཆོགས་བྱེད་པའི་སྣང་བ་འདི་དག་ལ་གཏན་དུ་འབྲེལ་བ་བྱེད་དགོས་པས་གང་ལ་
འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་གཞི་དེའི་འབྲེལ་སྤྱགས་ཀྱི་རང་བཞིན་གཉིས་ཤེས་དགོས།
དཔེར་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིས་མཆོས་པ་མགོ་བདེ་བླན་འབྲུལ་ཅན་རྟག་དུ་འབྲེལ་བ་
བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ལ་དེའི་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་མཐོང་སྣང་ལྟར་ལ་ཆོད་དཔག་གིས་འབྲེལ་
བ་བྱས་པས་རང་ལ་གྲོང་གུན་སྣ་ཆོགས་འབྱུང་བ་དེ་མི་དེ་དང་འབྲེལ་བ་བྱས་ཅས་
ཀྱི་སློན་མིན་པར་འབྲེལ་བ་བྱེད་ལུགས་འབྲུག་པའི་སློན་ཡིན། དེ་ཡང་མི་དེའི་རང་
བཞིན་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་ཆོད་མ་ཐིག་པས་ཏ་ལོག་པ་ཡིན། དེས་ན་མི་དེའི་
སྤྱིའི་མཐོང་སྣང་དང་། རྩ་བའི་རང་བཞིན་གཉིས་ཀ་ལེགས་པོར་ཤེས་ན། མི་དེའི་
རང་བཞིན་ལ་གཞིགས་པའི་སྣངས་འཛིན་དང་། སྤྱིའི་འཛིན་སྣངས་སོགས་ལ་
གཞིགས་པའི་གང་ལ་དེ་འཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བྱས་པས་རང་ཉིད་ལ་གྲོང་གུན་མི་
འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་ཡིན།

ཆོས་རྣམས་སྤྱིའམ། འབྲེལ་གྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྤྱགས་ཀྱི་
སློན་ལུགས་གཞན་ཞིག་མེད་པར་སྣང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་ན།
ཐ་སྙད་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་གང་སྣང་ལྟར་ལ་བདེན་ཆོད་དུ་འཛིན་ནས་ཆ་བཞག་ཆོག་པ་
ཡིན་མོད་ཀྱང་དེ་འདྲ་མིན་པར། བདེན་བདེན་ལྟར་སྣང་ཡང་སྤྱགས་ནས་མི་བདེན་
པས་བདེན་བྱུང་བམ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་མིན་ལ། གཏན་ནས་མེད་པའང་མིན་

པའི་དབུ་མར་གནས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་ཇི་བཞིན་ཤེས་པའི་ལྟ་བུ་
ལ་དབུ་མའི་ལྟ་བུ་ཟེར།

དེ་ལ་དགག་བྱ་རང་བཞིན་ནམ་བདག་མེད་ལུགས་ནི། ད་ལྟ་རང་རེའི་མིག་
སོགས་ཀྱིས་གཟུགས་སོགས་མཐོང་བ་དང་། ཡིད་ཀྱིས་རྟོགས་པ་དང་། རྟོང་བ་
སོགས་ཡུལ་སྣང་ཇི་འདྲ་ཞིག་འཆར་ཡང་དགག་གཞི་ཡུལ་དེ་དང་དེ་དགག་བྱ་རང་
བཞིན་ནམ། རང་དབང་པའི་ངོ་བོར་ཡོད་པའམ། ཡུལ་རང་གི་ངོས་ནས་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་
ཞིག་ཏུ་སྣང་གི་ཡོད་ཅིང་། དེའི་གནད་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་
ཤེས་མ་གཏོགས་པའི་ཤེས་པ་ལ་འབྲུལ་ཤེས་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་ཐ་སྟད་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་འདྲིམ་བུའི་ཀྱི་སྒོ་
ཆད་མ་མེད་པའམ། ཡང་སྒོ་འབྲུལ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅིག་གི་ངོར་ཡོད་པ་ཙམ་ཀྱིས་
ཡོད་གོ་ཆད་ན་མེད་པ་མི་སྲིད་པར་མི་འགྱུར་རམ་ཟེར་ན། བདེན་བྱུང་སྣང་བས་
འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་པ་དང་། རང་ཡུལ་གྱི་གཙོ་བོ་ལ་མི་བསྐྱུ་བས་ཆད་མ་ཡིན་པ་མི་
འགལ་ཏེ། དཔེར་ན། གཟུགས་འདྲིན་མིག་ཤེས་ལྟ་བུ་གཟུགས་བདེན་བྱུང་དུ་སྣང་
བས་འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་མོད་ཀྱང་། དེས་གཟུགས་གཟུགས་སུ་འདྲིན་གྱི་གཟུགས་
བདེན་བྱུང་ཏུ་མི་འདྲིན་བས་ཆད་མ་ཡིན། དེར་མ་ཟད། གཟུགས་འདྲིན་མིག་ཤེས་
དེ་གཟུགས་ཀྱི་སྣང་བ་དང་། གཟུགས་བདེན་བྱུང་ཏུ་སྣང་བའང་ཆད་མ་ཡིན་ཏེ།
ཡུལ་རིག་པའི་ཤེས་པ་ཞེས་པ་ཡུལ་དེའི་རྣམ་པ་ཤར་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དེའི་རྣམ་པ་
ཅན་དུ་སྐྱེད་པའི་གསལ་ཞིང་རིག་པ་ལ་ཤེས་པ་ཟེར་བ་ཡིན་པས་གཉིས་སྣང་ཅན་
ཀྱི་ཤེས་པ་གང་ཡིན་ཡང་རང་གི་སྣང་བ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་

པར་གསུངས།

ཡང་། གློ་འཁྲུལ་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅིག་གི་ངོར་ཡོད་ཙམ་གྱིས་ཡོད་གོ་ཆོད་པ་
མིན་ཏེ། དཔེར་ན། རབ་རིམ་ཅན་གྱི་མིག་ཤེས་ལ་སྒྲ་ཤད་འཛགས་སྤང་མངོན་སུམ་
དུ་སྤང་ཞིང་། དེའི་ནམ་ཅན་དུ་སྒྲེ་བས་སྤང་བ་དེ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་མ་ཡིན་ཡང་།
སྤང་བ་དེའི་སྤང་གཞིར་གྱུར་པའི་སྒྲ་ཤད་འཛགས་པ་གཏན་ནས་མེད་པས་གློ་དེའི་
ཡུལ་གྱི་གཙོ་བོར་བསྒྲ་བ་ཡིན་པས་རང་དང་འཇིན་སྤངས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་གློ་
ཆད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ལོག་ཤེས་སུ་འདོད་ཅིང་། དེའི་ངོར་
ཡོད་པས་ཡོད་གོ་ག་ལ་ཆོད།

མདོར་ན་གློས་མ་བཞག་པའི་ཆོས་ཀྱང་། གློས་གང་བཞག་ཡོད་མི་དགོས་
པར་གསུངས། དེ་ལྟར་བདེན་གྲུབ་སྤང་བ་དེའི་ཆེ་འི་ལྟར་སྤང་བ་ལྟར་གྲུབ་སྟེ་ཡོད་ན་
ཡོད་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞིབ་དུ་བརྟག་པ་ན་རང་གི་ངོ་བོ་ཇི་གསལ་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་
ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། འཇིག་རྟེན་ཡོངས་གྲགས་ལ་འང་དོན་བདེན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་
བཅད་དཔྱོད་ཇི་ཙམ་བྱས་པའི་ཆོད་གྱིས་དོན་དེ་ཇི་གསལ་དང་ཁུངས་ཇི་བརྟན་
དུ་འགྲོ་བས་བཅའ་ན་ངེས་པར་རྟེན་རྒྱ་དགོས་པ་དང་། དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་རྒྱན་པ་ཞིག་
ཡིན་ན་དོན་དེར་དཔྱད་དེ་བཅའ་བ་ན་མི་གསལ་དུ་འགྲོ་ཞིང་། མཐར་ཚུགས་མི་
སྤུང་པར་ཞིག་འགྲོ་བ་ལྟར་ཡིན། ལྷའི་རིན་ཐེང་ལས།

ཐག་རིང་ནས་ནི་མཐོང་བའི་གཟུགས། །

ཉི་བ་ནམས་གྱིས་གསལ་བར་མཐོང་། །

སྒྲིག་རྒྱ་གལ་ཏེ་ཆུ་ཡིན་ན། །

ཉེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཅིས་མི་མཐོང་། །

རི་ལྷོང་རིང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །

འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་ཡང་དག་མཐོང་། །

དེ་ལྷོང་དེ་དང་ཉེ་རྣམས་ཀྱིས། །

མི་མཐོང་མཚན་མེད་སྤྲིག་རྒྱ་བཞིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྷོང་ཡིན། དཔེར་བརྗོད་ན། འགྲོ་བ་མི་རྣམས་ལ་བདེ་སྤྱིད་
དགོས་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་བསམ་པ་ན། བདེ་སྤྱིད་དགོས་སའི་མི་ཞིག་ཅུང་སྟོ་སྟོ་ལ་
འཆར་ཡང་། དེ་ནས་མིའི་བདེ་སྤྱིད་བཟོ་བར་ལུས་ལ་སྟོ་གོས་སྟོང་གནས་སྟན་
བཅོས་འགྲིམས་འབྲུལ་སོགས་ལུས་བདེ་བའི་མ་སྤུན་རྒྱུ་དང་། སེམས་ལ་ཤེས་
ཡོན་ལ་རབས་གཤིས་བཟང་བག་ཤེབས་སོགས་ཀྱི་སེམས་བདེ་བའི་མ་སྤུན་རྒྱུ་
བསྐྱབས་ཏེ་ལུས་སེམས་བདེ་བ་གཉིས་བརྒྱུད་ནས་མིའི་བདེ་སྤྱིད་བཟོ་དགོས་ན།
མི་རང་ངོ་ཐོག་དེ་རི་ཡིན་སྟེ་ནས་བཅོལ་བ་ན། མིའི་ལུས་སེམས་གཉིས་སོ་སོ་
ནས་མི་མིན་ཞིང་། དེ་གཉིས་ལས་གཞན་དུ་ལོགས་སུ་ཡང་མི་འདི་ཡིན་མེད།

དེ་བཞིན་དུ་རང་ཉིད་ནས་ངོ་ཤེས་པའི་མི་བཟ་ཤིས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་སྤྲུག་ནས་
ཁོ་བོས་བཟ་ཤིས་མཐོང་ཟེར་བ་དང་། བཟ་ཤིས་ཀྱས་འདུག་ཟེར་བ་དང་། བཟ་ཤིས་
རྒྱགས་པ་ཆགས་འདུག་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་རྣམས་མ་བརྟག་མ་དབྱུང་བར་བཟ་ཤིས་ཀྱི་
ལུས་མཐོང་བ་དང་། ལུས་རྒྱད་བ་དང་། ལུས་རྒྱས་པ་ལ་བཟ་ཤིས་མཐོང་བ་སོགས།
དེ་དང་དེ་དག་ཏུ་གྱུར་པར་བཤད་ཅིང་། མ་དབྱུང་བར་དེ་ལྷོང་འཇིན་པའི་སྟོ་ཡང་
ལོག་ཤིས་མིན་པ་དང་། དག་དེ་ཡང་བརྒྱན་མིན་ཞིང་། བརྟག་ན་ནི་ལུས་གང་གི་

ཡིན་རྒྱུ་ཡི་བཟང་གིས་ངོ་མ་རང་དེ་མཐོང་རྒྱ་མེད་ཅིང་། ཆས་པ་དང་རྒྱགས་པར་ཡང་
བཏགས་མི་བྱུང་། ཡང་བཟང་གིས་ཀྱི་སེམས་བཟང་ངན་ལ་བརྟེན་ནས་བཟང་གིས་
བཟང་ངན་དུ་བ་སྟོན་བྱེད་པས་བཟང་གིས་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་བཟང་གིས་མིན་ལ།
མདོར་ན་བཟང་གིས་ཀྱི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཆོགས་ཅམ་དང་། དེའི་རྒྱན་དང་། ཆ་
ཤས་རེ་རེ་ནས་བཟང་གིས་ཡིན་པའི་ཆ་རྩེད་ཟུང་མེད་པས་བཟང་གིས་ནི་དེའི་
ལུས་སེམས་ཆོགས་པ་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཅམ་མོ། །དེ་སྐད་དུ་སྤྱི་སྤྱོད་
ཀྱི་རིན་ཆེན་སྤོང་བ་ལས།

སྤྱིས་བྱ་ས་མིན་ཚུ་མ་ཡིན། །

མེ་མིན་རྒྱང་མིན་ནམ་མཁའ་མིན། །

ནམ་ཤེས་མ་ཡིན་ཀྱན་མིན་ན། །

དེ་ལས་གཞན་ན་སྤྱིས་བྱ་གང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་བཟང་གིས་ཀྱི་ལུས་མཐོང་ཟེར་བའང་ལུས་
ལ་ཤ་ལྷགས་རུས་སོགས་ཆ་ཤས་མང་པོ་ཡོད་པ་ལས་སྤྱིའི་བགས་པ་ཅམ་མཐོང་
བས་ལུས་མཐོང་བའི་གོ་ཆོད་འགྲོ་བ་དང་། ལྷག་དང་རུས་པ་སོགས་མ་མཐོང་ནའང་
ལུས་མ་མཐོང་བར་མི་འགྲོ་ཞིང་། ལུས་མཐོང་བ་ལ་ལུས་གང་ཆང་མཐོང་མི་དགོས་
ལ་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ལྷན་བྱ་ཞིག་མཐོང་བས་ཀྱང་ལུས་མཐོང་བའི་གོ་ཆོད་པ་དང་།
སྤྱབས་རེ་གྲགས་ཆོད་ཀྱི་དབང་གིས་གང་འཆམས་ཤིག་མཐོང་བ་ན་མཐོང་གོ་མི་
ཆོད་པའང་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་རྐང་ལག་སོགས་སོ་སོ་ནས་སེལ་ན་
ལུས་མི་རྟེན་ཅིང་། རྐང་ལག་གྲང་སོར་སོ་སོགས་དང་། སོར་སོ་ཡང་ཆོགས་དང་།

ཆོགས་ཀྱང་གོང་ལོག་གི་ཆ་དང་། དེ་ཡང་ཆ་གས་སྒམ་པ་དང་། སྒམ་ཤོས་རྩལ་སྒམ་ཡང་
ཕྱོགས་ཆས་དབྱེ་ཆེ་ཆེད་དུ་མེད། ཡང་། གལ་ཏེ་རྩལ་སྒམ་སྒམ་ཤོས་ལ་ཕྱོགས་ཆ་
མེད་ན། རྩལ་སྒམ་ཆ་མེད་དེ་ཇི་ཙམ་བསགས་ཀྱང་གོང་བྱར་འགོ་བ་འབྱུང་མི་སྲིད།

ཡང་། བཟ་ཤིས་ཀྱི་སེམས་སྦྱིད་མི་སྦྱིད་ཀྱིས་བཟ་ཤིས་བདེ་མི་བདེ་བ་ཅི་
སའི་སེམས་དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཟེར་ན། གཟུགས་ཅན་གང་དུ་འང་མ་གྲུབ་པ། ཐོགས་རེག་
བྲལ་བ། ཡུལ་སྤང་ཅི་ཡང་འཆར་བ་ཐོད་པ། དེག་པ་ཙམ་གྱི་ངོ་བོར་ཡོད་པ་ཞིག་ལྟེ།
དེ་ཡང་མ་དབྱུང་ན་ཡིན་གྱི་དབྱུང་ན་ཆེད་དུ་མེད་དེ། བཟ་ཤིས་སེམས་སྦྱིད་པོ་
འདུག་པའི་ཆེ་སེམས་དེའི་ངོ་བོར་བརྟགས་ཏེ་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ནས་ཆ་སེལ་ན། སྐད་
ཅིག་སྒྲ་ཕྱི་དུ་མ་འདུས་པའི་གོང་བྱ་ཞིག་ཀྱང་མེད་ལ། སྐད་ཅིག་ཕྱི་མ་ཕྱི་མའི་ཆེ་སྒྲ་
མ་སྒྲ་མ་འགག་འགོ་བས་སྒྲ་མ་རྣམས་འདས་ཟིན་ཏེ་ཤིས་པའི་ངོ་བོ་ལོག་མ་འོངས་
པ་མ་སྦྱེས་པས་ད་ལྟ་མེད། ད་ལྟ་བའི་སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱ་དེ་ཡང་སྦྱེས་མ་སྦྱེས་
གཉིས་ལས་མ་འདས་པས་དེ་ལྟར་བཅོལ་ན་སེམས་སྦྱིད་པོ་འདུག་ཟེར་རྒྱུའི་སེམས་
སྦྱིད་པ་ཞིག་བཅོལ་ན་གཏན་ནས་མི་ཆེད། མདོར་ན་སེམས་སྦྱིད་མི་སྦྱིད་སོགས་
རང་རང་གི་སྐད་ཅིག་སྒྲ་ཕྱི་ཆོགས་ཙམ་ལ་བརྟགས་ཤིང་། སྤང་མཐའི་སྐད་ཅིག་
ཀྱང་རང་གི་ཆ་ལ་བརྟགས་ཏེ། མགོ་མུག་གི་ཆ་སོ་སོ་ཡོད་ལ། གལ་ཏེ་སྐད་ཅིག་
ཆ་མེད་ཡོད་ན་དེ་བསགས་པའི་རྒྱན་ཡང་ཡོད་མི་སྲིད།

དེ་བཞིན་ཕྱིའི་རྣམ་ལྟོག་ཅེ་ལྟ་བུ་སྒྲོར་འཆར་ཆེ་ལྟོག་ཅེ་རང་མཚན་པའམ་
རང་དབང་བ་ཞིག་སྒྲོར་འཆར་མོད། སྦྱིར་ལྟོག་ཅེ་བྱུང་གཞིར་བཞག་ནས་དེའི་བྱུང་
ཆོས་དབྱིབས་དང་། ཁ་དོག་རྒྱ་ཆ། ཆད་སོགས་ལ་བརྟག་དབྱུང་བྱས་ནས་གོང་

ཆད་དང་ལེགས་ཉེས་སོགས་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པ། དཔེར་ན། ལྷོག་ཅེ་འདི་ལེགས་ཀྱང་
ཁ་དོག་མི་ལེགས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཁ་དོག་ལེགས་ཉེས་བཅེ་ས་གཞི་ཚོག་ཅེ་ཞིག་ཡོད་
ཅིང་། བྱད་ཆོས་དེ་རྣམས་གང་གི་ཡིན་རྒྱུ་ཡིན་པའི་བྱད་གཞི་ཞིག་ཡོད་མོད་ཀྱང་། ཆ་དང་
ཆ་ཅན་དུ་བྱེ་ནས་དབྱེད་ན། བྱད་ཆོས་དང་། ཆ་ཤས་རྣམས་རེ་རེ་ནས་བྱད་གཞི་དེ་
མིན་པ་དང་། དེ་དག་བསལ་བའི་རྗེས་བྱད་གཞི་ཞིག་རྟེན་རྒྱུ་ཡང་མེད། གལ་ཏེ་བྱད་
གཞི་མེད་ན་ནི། བྱད་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་བྱད་ཆོས་དང་། བྱད་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་
བྱད་གཞི་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན་པས་བྱད་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར།

ཡང་། བྱད་དོག་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཡོད་པའི་བྱད་བ་ཞིག་ལ་མཆོན་ན། ཆ་ཅན་
བྱད་བ་གཅིག་ལ་ཆ་ཤས་བྱད་དོག་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཡོད་ཅིང་། ཆ་དང་ཆ་ཅན་ཐ་དད་
ཡིན་མོད་ཆ་ཤས་རྣམས་བསལ་ན་བྱད་བ་མི་རྟེན། བྱད་བ་གཅིག་ཡིན་པ་དང་རང་
གི་ཆ་ཤས་དུ་མ་ཡོད་པས་བྱད་བ་དེ་རང་གི་ཆ་ཤས་རྣམས་དང་གཅིག་དུ་ཡང་མེད།
ཆ་ཤས་རྣམས་བསལ་ན་བྱད་བ་ལོགས་སུ་མི་འདུག་པས་ངོ་བོ་ཉིད་དམ། གཞི་རྩ་
རང་ནས་ཐ་དད་དུ་ཡང་མེད། བྱད་བ་རང་གི་ཆ་ཤས་ལས་ཡན་གར་དུ་མེད་པས་བྱད་
བ་རང་གི་ཆ་ཤས་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་པར་བརྟེན་པ་དང་། ཆ་ཤས་རང་ལ་ཚུར་ངོ་བོ་
ཉིད་ཀྱིས་བརྟེན་པ་དང་། ཆ་ཤས་རང་ལ་ཚུར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བརྟེན་པ་གཉིས་ཀ་
མིན་ལ། བྱད་བར་བྱད་དོག་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ལྷན་པ་ཡང་མིན། དེ་བཞིན་དུ་བྱད་བའི་
དབྱེ་བས་རང་གི་བྱད་ཆོས་ཀྱི་གས་ཡིན་པས་བྱད་བའི་དབྱེ་བས་བྱད་བ་མིན་ལ།
བྱད་དོག་དང་། བྱད་ཐག་ཆོགས་པ་ཡང་བྱད་བ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་གདགས་པའི་གཞི་
ཡིན་པས་བྱད་བ་མིན་པ་བཅས་དེ་ལྟར་བཅ་ལ་ན་བྱད་བ་མཐའ་བདུན་གང་དུ་ཡང་རྟེན་

དུ་མེད། ཡང་། མེད་རྫོག་རེ་རེ་ནས་ཀྱང་རང་རང་གི་ཆ་ཤས་དང་གཅིག་དང་ཟ་དང་
གང་དུ་ཡོད་མེད་སོགས་གོང་ལྟར་བཅའ་བས་རྟེན་དུ་མེད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། གཞན་
ཡང་ནགས་ཚལ་དང་། དམག་དང་། ཡུལ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཟེར་བ་ལྟ་རྒྱུ་མས་ཆ་ཤས་
དུ་མ་འདུས་ཏེ་བཏགས་པས་ཆ་རེ་རེ་ནས་དེ་དང་དེ་ཡིན་མིན་བཏགས་ཆེ་གཏན་
ནས་མི་རྟོག་།

ཡང་། བཟང་ངན་དང་། རིང་ལུང་། ཆེ་ཆུང་། དག་གཉེན། བ་བྱ་སོགས་ནི་
གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་གཅིག་ཤོས་བཏགས་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལ། ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་
སོགས་ཀྱང་རང་རང་གི་ཆ་ཤས་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཤིང་། རྒྱུ་མཐའ་ཡང་
ཚུགས་སུ་བྱལ་བའི་ཆ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་དང་། སངས་རྒྱུ་དང་སེམས་
ཅན། འཁོར་བ་དང་ལྷ་དང་སོགས་ཀྱང་རང་གི་ཆ་ཤས་དང་གདགས་གཞི་ལ་
བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅམ་ཤ་སྟག་ཡིན།

འབྲས་བུ་རྒྱ་ལས་སྦྱེས་ཞེས་གྲགས་པ་ལྟར་གནས་ཀྱང་། སྦྱེ་བའི་དོན་ལ་
བརྟག་ན། རྒྱ་མེད་ལས་སྦྱེ་ན་ཏག་ཏུ་སྦྱེ་བའོ། སྦྱེ་བ་གཏན་མེད་པར་འབྱུང་། བདག་
ལས་སྦྱེ་ན་རང་གི་དོ་བྱལ་ཟེན་སྦྱེ་བར་དགོས་པ་མེད་པ་དང་། སྦྱེས་ཟེན་སྦྱར་
ཡང་སྦྱེ་ན་ཐུག་མེད་དུ་ཐལ་བའི་སྦྱོན་དང་། གཞན་ལས་སྦྱེས་ན་ནི་རྒྱ་ཡིན་མིན་
ཐམས་ཅད་ལས་སྦྱེ་བའོ། འབྲས་བུ་རྒྱ་ལ་སྦྱོས་པར་འགལ་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར་གཉིས་
ཀ་ལས་སྦྱེ་བའང་མི་འཐད་པས་སྦྱེ་བའི་བཏགས་དོན་བཅའ་ན་སྦྱེ་བ་བཞག་ཏུ་མེད།
དེ་སྐད་དུ་འཕགས་པ་སྦྱ་སྦྱབ་ཀྱི་ཅ་ཤེས་ལས།

བདག་ལས་མ་ཡིན་གཞན་ལས་མིན། །

གཉིས་ལས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་མིན། །

དངོས་པོ་གང་དག་གང་ན་ཡང་། །

སྐྱེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །རྒྱས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་ཅེས་གྲགས་ཀྱང་བརྟག་ན་
བསྐྱེད་བུའི་འབྲས་བུ་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་ན་ནི་བྱ་བ་བྱ་བ་པ་ཞིག་རིམ་ལྔར་གསར་དུ་
སྐྱེ་བར་འཐད་དེ་རྒྱས་གསར་དུ་བྱེད་མི་དགོས་པས་སོ། །སྦྱིར་རྒྱ་དུས་སུ་མ་སྐྱེས་
པའམ་མ་བྱ་བ་པ་ཞིག་རྒྱས་གསར་དུ་བྱེད་དགོས་ནའང་། མ་སྐྱེས་པ་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་
བདེན་ན་གཏན་མེད་དང་ཁྲད་པར་མེད་པས་རྒྱས་སྐྱབ་ཏུ་རིམ་ལྔར་ཡོད་དེ། བྱའི་སྟོང་
ཉིད་བདུན་ཅུ་བ་ལས།

ཡོད་བྱིར་ཡོད་པ་སྐྱེ་མིན་ཏེ། །

མེད་བྱིར་མེད་པ་སྐྱེ་བ་མིན། །

ཞེས་གསུངས། མདོར་ན་རྒྱ་རྒྱེན་དང་། གཞན་ལ་ལྟོས་ནས་རང་ཉིད་བྱ་བ་
དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་རང་དབང་བའི་སྟོན་ནས་བྱ་བ་པ་འགལ་ཏེ། རང་དབང་
དང་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་འགལ་བས་སོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་མདོ་ལས།

གང་ཞིག་རྒྱེན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། །

དེ་ལ་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། །

རྒྱེན་ལ་རག་ལས་གང་དེ་སྟོང་པར་བཤད། །

གང་ཞིག་སྟོང་ཉིད་ཤེས་དེ་བག་ཡོད་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བྱའི་ཅ་ཤེས་ལས། གང་བྱིར་རྟེན་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི།

།ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཕྱིར་སྟོང་པ་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་
མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། འཕགས་པ་སྒྲིའི་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། གང་ལ་བརྟེན་ནས་
འབྱུང་ཡོད་པ། །དེ་ནི་རང་དབང་མི་འགྱུར་རོ། །འདི་ཀྱན་རང་དབང་མེད་པ་སྟེ། །དེས་
ན་བདག་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། དེའི་ཕྱིར་གཞི་རྩའས། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མི་
སྟོང་ན་ཆོས་ཅན་སྣ་ཆོགས་པ་རྒྱེན་ལ་སྟོན་ཏེ་འཕོ་འགྱུར་བྱེད་པ་གཏན་ནས་མི་
འོང་། གཞི་རྩ་ནས་བྱུང་པ་ཞིག་ཡོད་ན་བཟང་ངན་སོགས་རོ་བོ་གང་དུ་བྱུང་ཡོད་
ཀྱང་དེ་ལ་བཅོས་སུ་ཅི་ཡོད། ལྷོན་བཟང་འབྲས་སུ་ཅན་ལྟ་བུ་རོ་བོ་འཕ་ཕྱགས་རྩ་ཉིད་
ནས་བདེན་ན་སྤར་རྒྱགས་ཤིང་མི་སྤྱུག་པ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བ་གཏན་བདེན། ད་ལྟ་རང་
རེའི་སྟོ་ལ་ཇི་ལྟར་སྤང་བ་འདི་ཀ་དེའི་ཕྱགས་ཀྱི་སྟོད་ཕྱགས་ཡིན་ན་རང་རེ་མགོ་
འཁོར་ཐེབས་པ་ཅི་ལ་སྟེ། སྤང་གནས་མི་མཐུན་པ་དུ་མ་ཞིག་འདིག་ཏེན་པལ་པར་
ཡང་གྲགས་པས། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་མ་རིག་འཁྲུལ་པས་བསྐྱད་པའི་སྟོ་ལ་ཅི་སྤང་
ཡང་བདེན་པར་སྤང་མོད། བདེན་པར་ཡོད་ཆེ་ཕྱགས་རྩ་ཇི་ལྟར་སྤང་བ་དེ་རང་ཡིན་
པས་ཕྱགས་རྩ་འཆོལ་བའི་སྟོས་དབྱེད་ཆེ་དེ་རང་རེ་གསལ་དུ་འགྲོ་དགོས་ངེས་
ཞིག་ལ། བཅོལ་བ་དང་མི་རྟེན་པ་ཡལ་བ་ལྟ་བུར་འགྲོ་བ་འདི་གང་གིས་ལན། གཞན་
ཡང་རོ་བོས་ཡོད་ན་དཔལ་ལྷན་ཆུ་བའི་འཇུག་པ་ལས།

གལ་ཏེ་རང་གི་མཆན་ཉིད་བརྟེན་གྱུར་ན། །

དེ་ལ་སྐྱར་པས་དངོས་པོ་འདིག་པའི་ཕྱིར། །

སྟོང་ཉིད་དངོས་པོ་འདིག་པའི་རྒྱར་འགྱུར་ན། །

དེ་ནི་རིགས་མིན་དེ་ཕྱིར་དངོས་ཡོད་མིན། །

གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་འདི་དག་རྣམ་དབྱེད་ན།
དེ་ཉིད་བདག་ཅན་དངོས་ལས་ཚུལ་རྩལ་ཏུ།
གནས་སྡོད་མ་ཡིན་དེ་ཕྱིར་འཛིག་ཉེན་གྱི།
ཐ་སྙད་བདེན་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་མི་བྱ།
དེ་ཉིད་སྐྱབས་སུ་རིགས་པ་གང་ཞིག་གིས།
བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་རིགས་མིན་པའི།
རིགས་དེས་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་རིགས་མིན་ན།
ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་གང་གིས་ཡིན་པར་འགྲུང།

ཞེས་ཆོས་རྣམས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་དམ་ངོ་བོ་ཡོད་ན་འཕགས་པའི་མཉམ་
གཞག་དངོས་པོའི་འཛིག་རྒྱར་ཐལ་བ་དང་། ཐ་སྙད་བདེན་པ་རིགས་པས་དབྱེད་
བཟོད་དུ་ཐལ་བ། འོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་མི་ཁྲིགས་པར་ཐལ་བར་གསུངས་ཤིང་། ཡུམ་
མདོ་སྟོང་ཐག་ཉི་ཤུ་ལྔ་པ་ལས། ཤུ་ར་དྲ་ཉིའི་བུ། འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་སྟོན་པའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མི་མཐོང་ངོ། །ཞེས་བ་ནས། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།
ཤུ་ར་དྲ་ཉིའི་བུ། དེ་ནི་འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་
རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ངོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མིང་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་
མིང་གིས་སྟོང་ངོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེའི་རང་བཞིན་དེ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་འདི་ལྟར།
སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཟུགས་སྟོང་པ་མ་ཡིན། གཟུགས་ལས་གྲུད་ནའང་སྟོང་པ་ཉིད་
མེད་དེ། གཟུགས་ཉིད་ཀྱང་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱང་གཟུགས་སོ། །ཞེས་

དང་། དགོན་བརྟེན་གསུམ་གྱི་འོད་སྤང་ལེའུ་ལས། གང་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་རྣམས་
སྟོང་བར་མི་བྱེད་དེ་ཆོས་རྣམས་ཉིད་སྟོང་བ་དང་། ཞེས་སོགས་མདོ་གཞུང་མང་
པོས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་བའི་རང་སྟོང་དུ་གསུངས་པའང་
མི་འཐད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། དེས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོ་བོའམ་གཞི་རྩས་དཔེན་
བ་ཡིན།

དེའོན། མི་དོ་མ་དང་། མི་ལམ་གྱི་མི་དང་། གཟུགས་དང་། གཟུགས་བརྟན།
དཔར་དང་དོ་མ་བཅའ་ན་མི་རྟེན་པར་མཚུངས་པས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བྱད་མེད་དུ་
ཐལ་བ་དང་། བདེན་བརྟན་སོགས་ཀྱི་བྱད་པར་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ལྟར་ན།
ལྟ་བ་བཅའ་བས་ཀྱང་ཅི་ཡོང་སྟེ་འཆོལ་མཁན་དང་། ལྟ་བ་ཉིད་ཀྱང་མེད་པ་དང་བྱད་
པར་མེད་པས་སོ་སྟེན་ན།

འདི་དག་འཇམ་སྐྱེ་བས་བ་ཡིན། སྤ་བའི་གནད་འདིས་སྒོ་མ་སྒྲིན་པ་རྣམས་
ཆད་ལྟར་ལྟར་བའི་ཉེན་ཆེ་བས་དེ་ལས་སྒྲོབ་པའི་ཐབས་སུ་དེ་ཞིག་ཐབས་མཁས་
ཀྱིས་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ལེགས་ལྡན་ཡབ་སྲས་ཀྱིས་སྒོ་གཞོད་མེད་ལ་སྤང་བའི་
དབང་གིས་བཞག་པ་མིན་པར་ཡུལ་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྟོང་ལུགས་ཀྱི་
དོས་ནས་བྱུང་བ་རིགས་པས་འགོག་ཀྱང་། ཐ་སྤྱང་དུ་རང་མཆན་ནམ་དོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་བྱུང་བ་ཞལ་གྱིས་བཞེས། དེ་ལྟའི་བདེན་མེད་དེ་ཅམ་ཡང་སྒྲོར་མི་ཤོང་བ་ན་
སེམས་ཅམ་པ་སྒྲོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་སོགས་ཀྱིས་ཕྱི་དོན་རིགས་པས་འགོག་
ཅིང་། སེམས་བདེན་བྱུང་ཞལ་གྱིས་བཞེས། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྟོང་དུ་མ་གྱུར་བ་
ལ་དོན་སྤྱི་བྱེ་མདོ་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོད་ར་ཐག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམས་སུ་མེད་

པའི་བདག་མེད་ཅམ་ཞིག་བཞེད། ཕྱི་རོལ་བས། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཅམ་ཡང་
འདོད་མི་རྒྱས་པས་གང་ཟག་རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་འདོད་དགོས་པར་སྤྲུག་པ་
བཅས་དེ་ལྟར་ཡིན།

དེ་ལ་བཏགས་དོན་བཅའ་བས་མ་རྟེན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མེད་པར་འདོད་
ན་མི་མངོན་སྲུང་དང་འགལ་བས་འདི་ག་རྟེན་ཡོངས་གྲགས་དང་འགལ་ལ། སྟོན་
བཅུད་གྱིས་བསྐྱས་པའི་ཆོས་འདི་དག་ཡོད་པ་དང་། བན་གཞོད་བདེ་སྤྲུག་སྣ་ཆོགས་
བསྐྱེད་པ་རང་གི་སྟོང་བས་འགྲུབ་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་རང་ག་ཞན་སྟོན་བཅུད་གྱིས་
མཚན་པའི་ཆོས་ཅན་སྣ་ཆོགས་པ་འདི་དག་ཡོད་ནི་ཡོད་ངེས་ཅན་ལ་བཅའ་ན་མི་
རྟེན་པ་ཅི་ཡིན་སྟུང་ན།

ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མདོ་སྟོང་སྤྲུག་ཉི་ཤུ་ལྔ་པ་ལས། འདི་ལྟར་
འདི་ལྟ་སྟེ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མིང་ཅམ་མོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་ཤེས་
རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མིང་ཅམ་མོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་གཟུགས་དང་
ཆོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་འདུ་བྱེད་རྣམས་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྒྱ་མ་ཉ་བུའོ། །རྒྱར་
མ་ཡང་མིང་ཅམ་སྟེ། དུལ་ན་གནས་པ་མ་ཡིན། འོགས་ན་གནས་པ་མ་ཡིན་ནོ།
།ཞེས་པ་ནས། དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་མིང་ནི་ཆོས་སོ་སོ་ལ་བཅོས་མ་ཡིན་
ཞིང་དེ་དག་བཏགས་པ་ཡིན་ཏེ། མིང་སྟོ་བྱར་ལས་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །མིང་དེ་
དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་
ཆེན་པོས་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་དབྱོད་པའི་ཆེ་མིང་ཡང་དག་པར་རྗེས་
སྤྲུལ་མཐོང་ངོ་། །ཡང་དག་པར་རྗེས་སྤྲུལ་མཐོང་བས་ན་མངོན་པར་མ་ཞེན་ནོ། །ཤུ་

རིའི་བྱ་གཞན་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་
 རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སྤྱོད་པའི་ཆེ་འདི་ལྟར་ཡོངས་སུ་རྟོགས་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མིང་ཙམ་མོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་
 མིང་ཙམ་མོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འདི་ནི་མིང་ཙམ་མོ། །འདི་
 ལྟ་སྟེ་གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མིང་ཙམ་མོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་ཆོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་དང་
 འདུ་བྱེད་རྣམས་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མིང་ཙམ་མོ། །ཤུ་རིའི་བྱ་
 འདི་ལྟ་སྟེ་དཔེར་ན་བདག་བདག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་སྐད་དུ་བརྗོད་མོད་ཀྱི་བདག་
 དམིགས་སུ་མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་མདོ་བསྟན་བཅོས་དུ་མར་ཆོས་ཐམས་ཅད་མིང་
 ཙམ་དུ་གསུངས། དེ་བཏགས་དོན་བཅའ་ན་ཡུལ་སྟོང་ནས་གཏན་ནས་མེད་པས་
 ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་པར་ཡུལ་ཅན་ཐ་སྟད་ཀྱི་དབང་གིས་
 ཡོད་པར་བཞག་ག་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་རྟོགས་ཡིན་ལ། དེ་ཙམ་གྱིས་ཡོད་གོ་ཆོད་པ་
 ཡིན།

དེ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བྱེད་ན་ཐ་སྟད་པའི་སྒོར་གྲགས་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཙམ་གྱིས་
 ཆོག་ན། མོ་ག་ཤམ་གྱི་བྱ་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་བས་གྲགས་པའི་དོན་དེ་ལ་ཐ་སྟད་
 པའི་ཆོད་མ་གཞན་གྱིས་མི་གཞོད་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་ཡོད་པ་ལྟ་བུར་
 ཐ་སྟད་པའི་ཆོད་མས་གཞོད་མི་རུས་སོ། །

དེས་ན་ཡུལ་ཅན་ཐ་སྟད་ཀྱི་དབང་གི་ཡོད་པ་ཙམ་མིན་པར་ཡུལ་གྱི་ངོས་
 ནས་ཡོད་པའི་ངོ་བོ་དེ་སྟོང་པ་ཉིད་ཟེར་བའི་གང་གིས་སྟོང་རྒྱའི་དགག་བྱའི་བྱུབ་
 ཆོད་དམ་གོ་དོན་དེ་ཡིན། དེ་ལ་བདག་གམ། རིགས་པའི་དགག་བྱ་ཟེར། དེ་གཏན་

ནས་ཡོད་མ་སྤྱིང་བ་ཞིག་ལ་ཡོད་པར་ཞེན་པའི་སྒོ་དེ་ལ་མ་རིག་པ་ཟེར། སྤྱིར་མ་
རིག་པ་ཙམ་མང་ཡང་། འདིར་བཤད་རྒྱ་དེ་འཁོར་བའི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་མ་རིག་པ།
བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་འགལ་ལྷ་མི་མ་ཐུན་སྤྱགས་སུ་གྱུར་པ་དེ་ཡིན།
དེ་སྐད་དུ་ཡང་སྤྱིང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས།

རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་སྤྱེས་དངོས་རྣམས། །

ཡང་དག་པར་ནི་རྟོག་པ་གང་། །

དེ་ནི་སྟོན་པས་མ་རིག་གསུངས། །

དེ་ལས་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་འབྱུང་། །

ཞེས་གསུངས། དེ་འབྲེལ་སྤྱིང་འཛིན་སྤངས་ལྟར་ཀྱི་བདག་གས། དགག་བྱ་
མེད་ཙམ་ལ་བདག་མེད་དང་། བདེན་མེད། སྤྱིང་ཉིད་ཟེར། དེ་ཉིད་ཆོས་ཙན་རྣམས་
ཀྱི་ཕྱགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཕྱགས་སམ། མཐར་ཐུག་པའི་གནས་ཕྱགས་ཡིན་པས་དོན་དམ་
བདེན་པ་ཟེར། དེ་རྟོགས་པའི་སྤྱོད་ལ་སྤྱིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྤྱོད་ཟེར། འོ་ན་སྤྱིང་ཉིད་དོན་
དམ་བདེན་པ་ཡིན་པས་སྤྱིང་ཉིད་དོ་བོས་བྱུབ་བམ་ཟེར་ན།

སྤྱིང་པ་ཉིད་ཅེས་པ་ཆོས་ཙན་ཀྱི་བྱུབ་ཚུལ་ལམ་སྤྱོད་ཕྱགས་མཐར་ཐུག་པ་
དེར་ཟེར་བས། ཆོས་ཙན་མེད་ན་མི་འབྱུང་ཞིང་། ཆོས་ཙན་ལ་ལྟོས་ནས་ཆོས་ཉིད་
དང་། ཆོས་ཉིད་ལ་ལྟོས་ནས་ཆོས་ཙན་བཞག་ལ། ཆོས་ཙན་ཀྱི་ཡིན་ཚུལ་དབྱེད་
པས་མི་རྟོག་པ་ལྟར་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་ཚུལ་དབྱེད་ནའང་རྟོག་དུ་མེད་པས་ཆོས་ཉིད་
དེ་ཡང་བཏགས་དོན་བཙལ་བས་མི་རྟོག་ཅིང་། མ་བཏགས་པར་གྲགས་པའི་དབང་
གིས་ཡོད་ཙམ་ཞིག་ཡིན་པས་བདེན་པར་བྱུབ་པ་མེད་དེ། སྤྱིང་རྩ་ཤེས་རབ་མེད་བཅུ་

གསུམ་པ་ལས།

སྟོང་པའང་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་འགྱུར། །

མི་སྟོང་ཅུང་ཟད་ཡོད་མིན་ན། །

སྟོང་པའང་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །

རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད། །

ལྟ་ཀྱང་ངེས་པར་འབྱུང་བར་གསུངས། །

གང་དག་སྟོང་པ་ཉིད་ལྟ་བ། །

དེ་དག་བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་གསུངས། །

ཞེས་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྟོད་པ་ལས་ཀྱང་།

ཀྱང་རྟོག་ཐམས་ཅད་སྤང་བའི་ཕྱིར། །

སྟོང་ཉིད་བདུད་ཅི་སྟོན་མཛད་ན། །

གང་ཞིག་དེ་ལ་ཞེན་གྱུར་བ། །

དེ་ཉིད་ཁྱོད་ཀྱི་ཉིན་ཏུ་སྤང། །

ཞེས་གསུངས། དེས་ན། ལྟོན་ཤིང་ལྟ་བུའི་ཡིན་ཚུལ་ལ་དབྱང་བ་ན་ལྟོན་ཤིང་མི་རྟོན་པར་དེའི་གནས་ལུགས་སམ་སྟོང་ཉིད་རྟོན་ཡོང་། དེ་ནས་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་ཚུལ་དབྱང་བས་སྟོང་ཉིད་དེ་ཉིད་མི་རྟོན་པར་སྟོང་ཉིད་དེའི་སྟོང་ཉིད་རྟོན་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་ལྟོན་ཤིང་དེ་ཀྱང་རྟོན་བདེན་པ་དང་། དེའི་གནས་ལུགས་དེ་དོན་དམ་བདེན་པ། ཡང་དོན་དམ་བདེན་པ་དེ་ཉིད་ཁྱད་གཞིར་སོང་ནས་དེའི་གནས་ལུགས་བཞག་པའི་ཆེ་དོན་དམ་བདེན་པ་དེ་ཉིད་རང་གི་

གནས་ལུགས་ལ་སྟོས་ཏེ་ཆོས་ཅན་དུ་སོང་བས་རང་སྤྱིང་གི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་
བཤད་པ་ཡང་ཡོད།

སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ངོ་མོའི་བྱང་པར་མི་འདྲ་བ་མེད་ཀྱང་། བྱང་གཞིའི་གནད་
གིས་སྟོང་ཉིད་ཉི་ཤུ། བཙུ་བརྒྱད། བཅུ་གཉིས་དང་བྱེ་བར་གསུངས་ཤིང་། བསྟུ་
ན་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཉིས་སུ་བསྟུ་བ་ཡིན།

དེ་ནས་སྟོང་ཉིད་ངེས་པའི་སྟོ་ལ་སྟོང་ཉིད་འཆར་ཚུལ་རིམ་ལྔ་ཡིན་ཟེར་ན།
སྟོང་པའི་གོ་ལུགས་མེད་པའམ། ཡོད་ཀྱང་སྐབས་དེར་ཅང་མེད་ཀྱི་ཆད་སྟོང་ཞིང་
འཆར་ནའང་སྟོང་ཉིད་ངེས་པ་མིན། ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་གོ་དོན་ངེས་ནས། དགག་བྱ་
བཀག་པ་དེ་པར་ངོས་སུ་དམིགས་ཏེན་དུ་བཞག་ནས། བཀག་པ་ངེས་པའི་ངེས་
ཤེས་ཀྱིས་པར་ལ་ལྟ་བའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟོམས་ན་ནི། སྟོང་ཉིད་བདེན་གྲུབ་བསྟོམས་
པར་འགྱུར་བའི་ཉེན་ཡོད་པས་སྟོང་ཉིད་ངེས་པ་མིན། སྟུང་པ་ལས། སྟུང་འདི་སྟོང་
ཞེས་རྟོགས་ནའང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི། །མཚན་མ་ལ་སྟོང་སྟེ་མེད་གནས་ལ་
དད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས།

དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་པ་དགག་བྱ་བཅད་ལྟོག་ནས་ངེས་དགོས་པའི་
དགག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཡང་དགག་བྱ་བཀག་ལུལ་དུ་ཆོས་གཞན་སྒྲུབ་པ་འཕེན་མི་
འཕེན་གྱི་མ་ཡིན་དགག་དང་། མེད་དགག་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱི་མ་ཡིན་པས་སྟོང་ཉིད་
རྟོགས་པའི་སྟོ་ཡིན་ན་དགག་བྱ་བཀག་ཅམ་དེ་ངེས་དགོས་ཏེ། ད་ལྟ་རང་རེའི་སྟོ་ལ་
ཡིང་ཡིང་ཞིག་འཆར་ཡོང་བ་དེ་གཏན་ནས་མི་འདུག་སྟུང་པ་ཅམ་ཞིག་གི་སྟོང་སང་
ཞིག་འཆར་ཞིང་། སྟོ་དེའི་འཛིན་སྟངས་ཀྱི་ཡུལ་རང་བཞིན་ནམ། བདེན་པ་མེད་ཅམ་

དེ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པས་སྟོང་དེས་སྟོང་ཉིད་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོང་འཇུག་ལས།

གང་ཆེ་གང་ཞིག་མེད་དོ་ཞེས། །

བརྟག་བྱའི་དངོས་པོ་མི་དམིགས་པ། །

དེ་ཆེ་དངོས་མེད་རྟོན་བྲལ་བ། །

སྟོ་ཡི་མདུན་ན་རི་ལྟར་གནས། །

གང་ཆེ་དངོས་དང་དངོས་མེད་དག། །

སྟོ་ཡི་མདུན་ན་མི་གནས་པ། །

དེ་ཆེ་རྣམ་པ་གཞན་མེད་པས། །

དམིགས་པ་མེད་པར་རབ་ཏུ་ཞི། །

ཞེས་གསུངས། སྟོང་ཉིད་མེད་དགག་མིན་པར་ཆོས་གཞན་འཕེན་པའི་མ་
ཡིན་དགག་གས། ཡང་ན། སྟུབ་པ་ཡིན་ན། དེ་རྟོགས་པའི་སྟོ་དམིགས་པའམ། མཚན་
མ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་དམིགས་པ་དེ་ལ་དམིགས་པའི་བདེན་
འཛིན་སྟེ་བའི་སྟོ་མི་ཁེགས་པས། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བདེན་འཛིན་
མཐའ་དག་གི་གཉེན་པོར་འགྱུར་མི་སྲིད་ལ། སྟུབ་པ་སྟོང་བ་ཡང་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་
རོ། །འདི་ལ་དགོངས་ནས། སྟོང་འཇུག་ལས།

གང་ཆེ་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ཡི། །

རྣམ་དབྱེད་ཀྱིས་ནི་དབྱེད་བྱེད་ན། །

དེ་ཆེ་རྣམ་དབྱེད་དེ་ཡང་ནི། །

རྣམ་དབྱེད་ཕྱིར་ན་ཐུག་པ་མེད། །

དབྱང་བྱང་རྣམ་པར་དབྱང་བྱས་ན། །

རྣམ་དབྱོང་ལ་ནི་རྟེན་ཡོད་མི་ན། །

རྟེན་མེད་ཕྱིར་ན་མི་སྦྱེ་སྦྱེ། །

དེ་ཡང་ཐུང་ན་འདས་པར་བརྗོད། །

ཅེས་གསུངས། དེ་ལྟར་གཞི་རང་གཞན་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་ཕྱགས་
ནས་སམ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཞི་བའི་དོན་ངེས་ཤིང་གོམས་པ་ན་རང་གཞན་སོགས་
དམིགས་བྱའི་ཡུལ་དེ་དག་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མེད་བཞིན་དུ་དེར་སྤང་བའི་བརླན་པ་སྦྱ་
མའམ་མི་ལམ་ལྟ་བུར་འཆར་ཡོང་། དེས་ལག་རྒྱུ་ས་སམ་པན་སོགས་གང་ཡོད་ཟེར་
ན། ཅ་ཤེ་ལས།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །

དེ་ནི་སྣང་པ་ཉིད་དུ་བཤད། །

དེ་ནི་རྟེན་ནས་གདགས་པ་སྦྱེ། །

དེ་ཉིད་དབྱ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་པ་ལྟར། ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཞི་བ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་གོ་ཞིང་། རྟེན་ནས་
འབྱུང་བ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཞི་བའི་དོན་དུ་གོ་ནས་སྣང་དང་རྟེན་འབྱུང་གཅིག་གྲོགས་
སུ་འགྲོ་བའི་ངེས་པ་རྟེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པའི་ཐ་སྙད་པའི་ཆོད་མས་
མིང་ཙམ་ཞིག་གི་ཡོད་པའི་སྟེང་ནས་སྤང་བྱེད་གི་འཇུག་ལྟོས་བཞིན་བྱེད་ཅིང་།
མིང་ཙམ་མིན་པའི་དོན་སྟེང་ནས་ཡོད་པར་ཞེན་པའི་དབང་གིས་སྦྱེས་པའི་ཆགས་
སྤང་སོགས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཁྲོ་རྣམས་ཕྱགས་ཞན་དུ་འགྲོ་བ་དང་། མཐར་ཐིམ་གྱིས་

སྒྲོང་ཐུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

འདི་སྒྲོང་ཅུང་ཟད་བཤད་ན་དེ་ལ་སྒྲོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བའི་ཉམས་སྒྲོང་རྣམས་མ་
བྱུང་ན་ད་ལྟའི་རང་རེའི་སྒྲོ་ལ་ཅི་སྒྲུང་བདེན་པར་སྒྲུང་གི་ཡོད་པ་དང་། ཡུལ་དེ་དང་དེ་
ལ་སྒྲོ་གཏད་ཤུགས་ཆེར་སོང་སྐབས་སྒྲུང་བ་ལྟར་བདེན་ཤུགས་ཏུ་ཞེན་པའི་བདེན་
འཛིན་སྒྲེ་ལུགས་དང་། ཆགས་སྒྲུང་སོགས་ཉོན་མོངས་གང་སྒྲེ་ཡང་བདེན་འཛིན་
དེས་གཞི་རྒྱུན་བྱེད་པ་བཅས་ལ་སྒྲོང་ཐོག་ནས་ངོ་འཕྲོད་ཐུབ་ཅིང་། བདེན་འཛིན་དེ་
ཞེན་ཡུལ་ལ་འབྱུང་བའི་ལོག་ཤེས་ཡིན་པ་དང་། དེའི་འཛིན་ཚུལ་ལ་ཆད་མའི་རྒྱབ་
རྟེན་མེད་ཚུལ་དང་། དེའི་ལྷོག་སྒྲོགས་བདག་མེད་མཐོང་བའི་སྒྲོ་དེ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་
པའི་སྒྲོ་དང་། དེའི་འཛིན་ཚུལ་ལ་ཆད་མའི་རྒྱབ་རྟེན་ཡོད་པ་ལའང་ངེས་པ་གཏིང་
ནས་རྟེན་འོང་ལ། དེ་ལྟར་ན་དཔལ་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས། ཆད་མ་རྣམས་འགྲེལ་
ལས།

ངེས་པ་དང་ནི་སྒྲོ་འདོགས་ཡིད། །

གཞོན་བྱ་གཞོན་བྱེད་ངོ་བོའི་ཕྱིར། ། ཅེས་དང་།

འགྲིབ་དང་ཕུལ་བྱུང་བརྟེན་པ་ཀུན། །

མི་མ་ཐུན་སྒྲོགས་དང་བཅས་ཉིད་ཕྱིར། །

དེ་གོམས་པ་ལས་བདག་འགྱུར་བས། །

ལ་ལར་ཟག་པ་ཟད་པར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཛིན་སྒྲུངས་དངོས་འགལ་དུ་ཡོད་པའི་སྒྲོ་གཉིས་
གཞོན་བྱ་གཞོན་བྱེད་དུ་འགྲོ་བས། གཅིག་སྟོབས་ཆེན་པོར་གྱུར་ན་གཅིག་ཤོས་

ཉམས་དམས་སུ་འགྲོ་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ལ། ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་ཆོས་དབྱེངས་བསྟོད་པ་ལས།

རི་ལྷར་མེ་ཡི་དག་པའི་གོས། །

སྒྲ་ཆོག་ས་རི་མས་རི་མ་ཅན། །

རི་ལྷར་མེ་ཡི་ནང་བཅུག་ན། །

རི་མ་འཆིག་འགྲུང་གོས་མིན་ལྟར། །

དེ་བཞིན་འོད་གསལ་བ་ཡི་སེམས། །

འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་རི་མ་ཅན། །

ཡེ་ཤེས་མེ་ཡིས་རི་མ་བསྐྱེ། །

དེ་ཉིད་འོད་གསལ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་དང་། རྒྱལ་བ་

བྱམས་པའི་རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས།

རྫོགས་སངས་སྐྱ་ནི་འཕྲོ་ཕྱིར་དང་། །

དེ་བཞིན་ཉིད་དབྱེར་མེད་ཕྱིར་དང་། །

རིགས་ཡོད་ཕྱིར་ན་ལུས་ཅན་ནམས། །

རྟག་ཏུ་སངས་རྒྱས་སྟོང་པོ་ཅན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སེམས་ཀྱི་དོན་དམ་པའི་རང་བཞིན་ལ་རི་མའི་
བསྐྱེད་པ་མེད་པ་མ་ཟད། སེམས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་པའི་ངོ་བོ་གསལ་ཅམ་རིག་ཅམ་
ལའང་རི་མའི་བསྐྱེད་པ་མེད་པས། སེམས་བཟང་ངན་ཏུ་འགྲུང་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་
བཅོས་སུ་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་ངན་པ་བདེན་འཛིན་ལ་རྒྱབ་རྟེན་བཅོལ་བའི་སྒོ་ནམས་
རི་ཅམ་གོམས་ཀྱང་གོམས་པ་མཐའ་མེད་ཏུ་འཕེལ་རྒྱ་མེད་པ་དང་། དེའི་ལྷོག་

སྟོགས་སེམས་པ་བཟང་པོ་རྒྱ་བརྟེན་ཆད་མ་དང་བཅས་པ་རྣམས་གོམས་ན་གོམས་
པ་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་རྒྱ་ཡོད་པ་བཅས་ཀྱི་རྒྱ་མཆན་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་སྟངས་གི་
བྱི་མ་ཟད་རུང་དུ་ངེས་བྱལ། དེ་ལྟར་སེམས་སྟངས་གི་བྱི་མ་རྣམས་ཟད་དེ་སྦྲར་གཏན་
ནས་མི་སྦྱེ་བར་སོང་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་ཐར་པ་ཡིན་པས་
ཐར་པ་ཐོབ་རུང་དང་། དེར་མ་ཟད་ཉོན་མོངས་པའི་བྱི་མ་ཟད་རུང་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་
དེའི་བག་ཆགས་ཀྱང་ཟད་རུང་ཡིན་པས་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་བྱི་
མ་ཐམས་ཅད་ཟད་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་མི་གནས་པའི་ཐུང་འདས་སམ་ཆོས་
ཀྱི་སྦྱ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ཡང་ཐོབ་རུང་དུ་ངེས་པའི་རྟེན་བྱུང་པས། སྦྱིར་ཐར་པ་དང་
ཐམས་ཅད་མཐའ་བ་ཡོད་པ་བྱུང་ལ། དེ་ལྟར་ན་ཁྱུ་སྦྱུང་གི་ཅ་ཤེ་ལས།

གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །

འགག་པ་མེད་པ་སྦྱེ་མེད་པ། །

ཆད་པ་མེད་པ་རྟག་མེད་པ། །

འོང་བ་མེད་པ་འགོ་མེད་པ། །

ཐ་དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། །

སྟོས་པ་ཉེར་ཞི་ཞི་བསྟན་པ། །

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྦྱ་རྣམས་ཀྱི། །

དམ་པ་དེ་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དངོས་པོ་
རྣམས་འགག་སོགས་མཐའ་བརྒྱད་དང་བྲལ་བའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་སྟོན་

པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་གཏམ་འདི་རང་དབང་དུ་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྡན་འདས་
དེ་ཉིད་ངེས་ལེགས་ཐབས་དང་བཅས་པ་མ་ནོར་བར་སྟོན་པའི་ཆད་མའི་སྐྱེས་བུར་
མཐོང་བ་ན། དེ་ལས་བཙུགས་ལྡན་འདས་མངོན་ཐབས་དང་བཅས་པ་སྟོན་པ་ལའང་མི་
བསྐྱེད་བར་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ་དཔལ་ལྡན་ཆོས་ཀྱི་གཤམ་པས། རྣམ་འགྲེལ་
ལས།

གཙོ་བོའི་དོན་ལ་མི་བསྐྱེད་ཕྱིར། །

གཞན་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡིན། །

ཞེས་དང་། འཕགས་པ་ལྟའི་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས།

སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་སྒོག་གྲུང་ལ། །

གང་ཞིག་ཐེ་ཆོས་སྐྱེ་འབྱུང་བ། །

དེ་ཡིས་སྟོང་པ་ཉིད་བརྟེན་ཏེ། །

འདི་ཉིད་ཁོ་ནར་ཡིད་ཆེས་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །མདོར་ན་མངོན་མཐོང་ངེས་ལེགས་སྐྱབས་པ་ལས་
བཅུ་མས་པའི་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ཤེས་
ནས་དད་པ་ཐོབ་པས། དེ་སྟོན་པ་པོ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྡན་འདས་དང་། དེའི་རྗེས་
འབྱུང་འཕགས་ལུལ་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་རྣམས་ལའང་ཆད་མས་བྱངས་པའི་དད་
གུས་སྙིང་ནས་སྐྱེ་བ་དང་། དེ་མཚུངས་ད་ལྟ་རང་ལ་ལམ་མ་ནོར་བར་སྟོན་པའི་དགེ་
བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། སྟོན་པ་ཉིད་གང་ནས་གཤེགས་པའི་ལམ་དེར་ཚུལ་བཞིན་
དུ་ཞུགས་པའི་ཐོགས་དགེ་འདུན་བཅས་ལའང་དད་པ་དང་གུས་པ་འབྱུང་དུ་མེད་

པའི་བརྟན་པོ་སྐྱེས་ཏུས་ལ། དེ་སྐད་དུ་སློབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས།

སངས་རྒྱས་དེའི་ཆོས་དགེ་འདུན་ནི།

ཐར་བ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས།

གསུངས་པ་ལྟར། སྐྱབས་གསུམ་ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས་གནས་གཅིག་
ལུང་ངེས་པ་བདེ་ལྷག་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་སྤྱག་བསྐུལ་གྱིས་ཡིད་བསུན་པ་
རྣམས་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། རང་ཉིད་ཐར་བ་ཐོབ་ན་སྤྱམ་པའི་
ཐར་འདོད་ཀྱི་སློ་ཞིག་ཏུ་མེད་པའི་བརྟན་པོ་སྐྱེ་བ་དང་། དེ་བཞིན་གཞན་སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་ཉམས་ལ་དབགས་ཏེ་སྤྱག་བསྐུལ་ལས་སློལ་བའི་ཐར་བ་དང་
ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་སར་འགོད་འདོད་པ་དང་། དེའི་སྐད་དུ་རང་གིས་བྱང་ཆུབ་
མངོན་ཏུ་བྱ་འདོད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པོ་དང་། སྐྱབས་ཆེན་
དུ་སྐྱེ་བུ་བ་བཅས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་སྤྲ་ཞིང་ཐབ་ལ་དོན་ཆེ་བའི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་ངེས་འབྱུང་གི་
བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་བྲིས་པ་དང་རབ་བྱུང་གི་ཚུལ་བྲིས་ཅི་རིགས་
གཞི་བཟུང་བའི་སློ་ནས་ཆོགས་ལམ་གྱི་གནས་སྐྱབས་སུ་ཐོས་བསམ་གྱིས་ཡང་
ཡང་གོམས་པར་བྱས་པས་རིམ་གྱིས་ལྟ་བ་དེ་སྟོང་ཉིད་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་
པའི་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་སློམ་བྱུང་དུ་འབྱུང་ཏེ་སློར་ལམ་ཐོབ། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་
སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་མཐོང་ལམ་ཆོས་དགོན་མཆོག་ལམ་བདེན་ཐོབ་
པ་ན། དེས་དངོས་གཉེན་བྱས་ཏེ་བདེན་འཛིན་ཀུན་བཏགས་སོགས་ཀུན་འབྱུང་
བདེན་པ་དང་། རན་འགྲོའི་སྤང་པོ་སོགས་སྤྱག་བསྐུལ་བདེན་པ་རགས་རིམ་ནས་

གཏན་དུ་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་ཐོབ་པའི་འགོ་ཚུགས། དེ་ནས་བདེན་པ་མཐོང་
ཟེན་གོམས་པའི་སྒྲོམ་ལམ་གྱིས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཆེ་རིམ་ནས་ས་བོན་དང་
བཅས་པ་གཏན་དུ་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་རྣམས་རིམ་གྱིས་ཐོབ་སྟེ་མཐར་ཉོན་
མོངས་རྒྱུད་དུ་ཆུང་དུ་ས་བོན་དང་བཅས་པ་སྤངས་པའི་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ན་རང་ལམ་
གྱི་བཟོད་པ་རྫོགས་ཏེ་མི་སྟོབ་པའི་ས་དམན་པའི་དགྲ་བཙུག་མཛོན་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་
ནོ། །

ཡང་ཀུན་སྟོང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་དེས་བྱངས་པའི་ཐབས་སྦྱིན་སོགས་
ཀྱི་གྲོགས་དང་བཅས་པའི་སྟོན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་དམིགས་པའི་ཐོས་བསམ་
སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྟོན་སྟོང་ལ་རྩེ་བཟང་དུ་སོང་ནས་
སྟོང་ཉིད་མཛོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་ས་དང་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་ཅིང་
བྱངས་མེད་དང་པོའི་ཆོགས་རྫོགས། དེ་ནས་ལྔ་པ་བཤད་པའི་བདེན་འཛིན་ཀུན་
བཏགས་སོགས་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་འགོ་ཚུགས་ནས་མ་
དག་ས་བདུན་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་བྱངས་མེད་གཉིས་པའི་ཆོགས་གསོག་དེ་ནས་
དག་པ་ས་གསུམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བ་བདེན་འཛིན་གྱི་བག་
ཆགས་དང་དེས་སྐྱེད་པའི་གནས་ངན་ལེན་སྤོ་རྣམས་རིམ་གྱིས་སྟོང་བའི་འགོ་
ཚུགས་ཏེ་བྱངས་མེད་གསུམ་པའི་ཆོགས་རྫོགས་པ་ན་སྟོན་གྱི་རིགས་མཐའ་དག་
གཏན་དུ་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཀྱི་སྟེ་ཐོབ་སྟེ་ཆོས་ལོངས་སྤྱལ་གསུམ་གྱི་
སྟེ་གསུམ་དུས་གཅིག་དུ་མཛོན་དུ་བྱས་ཤིང་མཁུན་བཙེ་རུས་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ངེས་འབྱུང་བྱང་སེམས་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བས་ཤེས་རྒྱུ་ད་ལེགས་པར་
 སྦྱངས་ཤིང་། བསོད་ནམས་དང་སྒོ་གོས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོགས་ལེགས་པར་ཆང་བའི་སྐལ་
 བ་དང་ཐུན་པ་ཞིག་གིས་སྦྱར་ལམ་གསང་སྟགས་རྒྱུད་སྒྲེ་འོག་མ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་
 བཏེན་ནས་བཟོད་ན་གཟུགས་སྒྱུ་སྦྱབ་ཚུལ་གྱི་ཐབས་མཛད་དུ་བྱུང་བ་དང་། ཞི་ལྷག་
 ཟུང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་སྦྱར་དུ་འབྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་མཐུ་ལས་འཆང་རྒྱ་བར་སྦྱར་
 ལ། ལྷག་པར་རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ལམ་ལ་སྦྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲང་རྒྱང་སེམས་རགས་
 བ། སྦྲ་བ། ཤིན་ཏུ་སྦྲ་བའི་བྱང་པར་བྱེ་ནས། ཡིད་ཤེས་ཤིན་ཏུ་སྦྲ་བ་ཉིད་ལམ་གྱི་ངོ་
 བོར་བསྐྱེད་དེ་གོམས་པས་སྤྲང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒོ་ཤིན་ཏུ་སྦྱར་བའི་བྱང་ཆོས་ཡོད་
 བ་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་བ་སྦྱོང་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་ཤིག་བརྗོད་ན། ལྷ་བ་སྒོམ་པ་སྦྱིབ་པ་སྦྱོར་
 ཟུང་ཡིན་པས་ཚོགས་རྒྱ་ཆེན་པོའི་གྲོགས་དགོས། དེ་ཡང་བྲག་འཆའ་བ་སོགས་
 ཡན་ལག་བདུན་པའི་ཆོ་གའི་སྒོ་ནས་གསོག་རྒྱུ་འདུ་ཆེ་ཞིང་། དགོས་པ་ཆེ། ཚོགས་
 གསོག་པའི་ཞིང་མཆོག་གསུམ་རང་བཞིན་པ་སྦྱི་ལ་དམིགས་པ་འཕམ། རྒྱེ་བྲག་
 སྦྱབས་ཡུལ་གང་རུང་བ་ཞིག་ཆེད་དུ་གསལ་བཏབ་ནས་དམིགས་པ་གཉིས་རང་
 རང་སྒོ་མོས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་བྲས་པས་ཆོག

དེ་ནས་ལྷ་བ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་གསོལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་དངོས་གཞི་སྦྱོར་
 ཚུལ་ནི། ཐོག་མར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྒོམ་ན་བྱང་གཞིའི་གནད་ཀྱིས་སྒོམ་སྦྱ་
 བར་གསུངས་པས། ད་ལྷ་ངས་ལྷ་བ་སྒོམ་སྦྱུང་བའི་སྒོམ་པ་པོ་རང་ཉིད་ལ་ངེ་འདྲ་
 ཞིག་ཏུ་སྦྱང་ཚུལ་དང་། ང་ལ་དགའ་སྦྱག་སྦྱོང་བའི་ཆེ་ད་དེ་སྒོ་ལ་སྦྱང་ཚུལ་དང་ཞེན་

དེ་ཡང་སྒྲིལ་སེམས་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་པའི་གནས་ལུགས་ལུགས་ཀྱང་ངོ་འཕྲོད་
དགའ་ཞིང་། སེམས་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་པའི་ངོ་བོ་གསལ་རིག་ཅན་ངོ་འཕྲོད་ནས་དེའི་རང་
བཞིན་ལ་དབྱུང་བས་མཐར་ཐིམ་གྱིས་སེམས་ཀྱི་དོན་དམ་པའི་ངོ་བོ་ངོ་འཕྲོད་ན་ས་
ཆོད་གཞན་དང་མི་འབྲ་བའི་ཆེན་པོ་ཡོད།

ཐོག་མར་འགོ་འདྲེགས་སྒྲུབ་ས་སྤྱན་རྒྱ་མཚོ་དཔེ་ཅན་གྲུས་ནས་སྤྱན་ཕྱོགས་
 ཉེ་ཡུལ་སྤྱར་བཟང་རན་ལྡོགས་སྤྱར་བའི་ཅེ་པན་གཞི་དངོས་སུ་མྱོང་བས་དང་
 འོས་ནས་མེད་བཞིན་དུ་སྤྱར་བའི་རྟོན་འབྲེལ་སྤྱུ་མ་ཅན་ཡིན་པའི་དེས་ཤེས་ཅི་
 འཛོངས་ཀྱིང།

དེ་ལྟར་ཐུན་དངོས་གཞི་ཐོ་རངས་དང་། སྒྲོ་། སྒྲི་། དགོང་མོ་བཅས་ཐུན་

བཞིའམ། ལྷོགས་ན་ཉིན་མཆན་ཆ་བགོས་ཀྱིས་ཐུན་བྱས་དང་། བརྒྱད་སོགས་དང་།
 དེ་ལྟ་མི་ལྷོགས་པས་ནི་ཐོ་རེངས་དང་། དགོང་མོ་སྟེ་ཐུན་གཉིས་ཅམ་སྒྲིམ། ལྷ་བའི་
 གོ་སྤྱོད་ཐན་བྱ་དག་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མཆོམས་འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་གི་སྤྱོད་ལམ་ཀུན་
 ཏུ་ལྷ་བའི་ངེས་པ་རམ་རམ་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་། དེ་ནས་སྤྱོད་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་
 ཞི་གནས་མེད་པར་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་སྤྱེ་ས་མེད་པས་ཞི་གནས་ངེས་
 པར་བཅའ་དགོས་པས་དེའི་ཚུལ་ནི་ལོགས་སུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྷར་ལྷ་བའི་སྤྱོད་ཤེས་སྒྲོ་ཅམ་མིན་པར་ཉམས་སྤྱོད་རྒྱ་ཐོག་འགལ་
 མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་གོང་དུ་བཤད་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཞི་བྱས་ཏེ་ཟབ་མོ་སྟོན་པའི་མདོ་
 བསྟན་བཅོས་དང་། དེ་དག་གི་དགོངས་འགྲེལ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཉམས་སྤྱོད་ཅན་
 ཆོས་ལེགས་པར་བཤད་པ་རྣམས་ལ་རང་སྤྱོད་རྣམས་པ་དང་བསྟན་པའི་ཐོས་བསམ་
 དང་འབྲེལ་རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་སྤྱེ་ཚུལ་དང་ཆོད་ལྷན་ཉམས་སྤྱོད་ཅན་གྱི་མཁས་པའི་
 གདམས་པ་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོ་བ་དགོས་པ་ལགས་སོ།།

འདིར་འབད་ལས་ཟུང་དགེ་ཆོགས་ཀྱིས། །

བདེ་འདོད་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཀུན། །

མཐའ་བྲལ་དེ་ཉིད་མཐོང་བའི་མིག།

ཐོབ་སྟེ་བྱང་ཆེན་གླིང་བསྟོད་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ནི་འཇམ་གླིང་ཤར་བྱུང་གི་སྒྲོ་གསར་ནང་ཆོས་དོན་གཉིས་ཅན་
 སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་ཆེས་ཟབ་ཅིང་སྤྱོད་པའི་བདག་མེད་པའི་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཤེས་
 པར་འདོད་ཀྱང་དབུ་མའི་གཞུང་ཤུགས་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་སྒྲོ་བ་ཁོམ་མེད་པའམ།

བོད་སྐད་ཐོག་ཡོད་པའི་བསྟན་བཅོས་བཟུངས་མི་ཅུས་པ་རྣམས་ལ་ཕན་ཆེད་
སྐད་ཡིག་གཞན་དག་ཏུ་སྒྱུར་བདེའི་སྐད་གོ་བདེ་གཙོ་བཟུང་གིས། ཡུལ་འདི་དག་སྤོང་
བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོས་བྲིས་པ་དག་ལེགས་སྲུབ་ཀྱང་ཅིག། །

ཡུར་ཕན་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་དེ་ཙམ་མ་དར་བའི་ས་ཁུལ་འཛམ་གླིང་ཅུ་བ་ཕྱོགས་པའི་
མི་མང་པོ་ཞིག་ནས་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གྱི་དང་། ལྷག་པར་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལྟ་བུའི་སྤོང་
ཤེས་འདོད་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ ལོ་ཕྱི་རྒྱལ་སྐད་ཡིག་ཐོག་སྒྱུར་སྐབས་
བདེ་བ་གཙོ་བཟུངས་དབུ་མའི་ལྟེ་མིག་ཅེས་པ་ཞིག་བྲིས་པ་དབྱིན་ཡིག་ཐོག་ཕབ་བསྒྱུར་དཔར་
འགྲེམས་བྲས་པས་དབྱིན་ཡིག་སྤྱོད་ཁན་ཆོར་ཕན་ཐོགས་སྟན་བྱ་བྱང་སོང་སྟམ་ཞིང་། བོད་ཡིག་
སྤྱོད་ཁན་རྣམས་ལ་ནི། སྤོང་གཉེར་བྱེད་མིས་ཐོངས་པ་མ་གཏོགས། སྤོང་གཉེར་བྱ་ཡུལ་དཔེ་
ཆས་ཐོངས་པ་གང་ཡང་མེད་སྐབས་བོད་ཡིག་ཐོག་དཔར་བསྒྱུར་བྱ་གཏང་སྟེ་མས་སྲུབ་ཐུག་པ་
ཡིན། འོན་ཀྱང་དགའ་ཤར་མཁན་པོ་ལྷ་ཉི་ལྷལ་སྤྱོད་ཆུ་ཆུ་ལ་ཁྲིམས་སོགས་དོན་གཉེར་ཅན་
འགའ་ཤས་ནས་བོད་ཡིག་དེ་ཡང་དཔར་འགྲེམས་དགོས་ཆུལ་འེ་འཆར་བྱང་བ་བཞིན། སེམས་
ཅན་མོས་པ་སྤྲུལ་ཆོགས་པའི་དབང་གིས་འགའ་ཞིག་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ནའང་ཉ་ཅང་ཡིད་སྤོང་རང་
བཞིན་ལ་བརྟེན། ད་ལམ་དབུ་མའི་ལྟེ་མིག་འདི་བཞིན་ཆོག་འེ་བྱང་བཅོས་དགོས་བཅོས་ཉེ་བོད་
ཡིག་ཐོག་དཔར་འགྲེམས་བྲིས་པའི་རོ་སྤོང་གི་ཆུལ་དུ། ཡུལ་འདི་དག་སྤོང་བྱ་ལའི་ལྷ་མ་བསྟན་
འཛིན་གྱི་མཆོས་ ༤༣ རྩ་ ༡༩ ཆོས་ ༡༤ ལ།

པར་བྱང་སྟོན་ཆོག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྒྱལ་དལ་འབབ་སྐྱང་།
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།
འི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི།
དཔར་དུ་བསྐྱེད་བའི་ནམ་དཀར་ཕུང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱད་ལྗེའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ།
ངེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇུག་གིས་ཡངས་བའི་ཁྱོད་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འབྲེན་
ཤུག་སེའི་རིང་ལུགས་སྒོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་བ་སོགས་འཕྲུལ་ལྷན་ལེགས་ཆོགས་དུ་
མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ཉན་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་
བསྐྱེད་དང་བསྐྱེད་འཁྱུར་གང་ལའང་སྐྱར་ཆོག་བའི་དགེ་བསྟོན་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ཤུག་ཏེ་
དགེ་སྟོང་ཆོས་སྤྲོ་བ་དག་དབང་སྟོབས་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྐྱར་བའོ།